

Министерство образования и науки Челябинской области  
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом учащейся молодежи «Магнит»

ПРИНЯТО:  
на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 28.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:  
Приказом ГБУДО «Дом учащейся  
молодежи «Магнит»  
№ 37-од от 31.08.2023 г.

Директор \_\_\_\_\_ / Д.А. Летучева /



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Хореографический ансамбль «Браво»  
(наименование программы)

Направленность: художественная  
(наименование направленности программы)

Срок освоения программы: 4 года  
Возрастная категория учащихся: 15-19 лет

Автор-составитель: Матвеевская  
Анастасия Олеговна, педагог  
дополнительного образования,  
первая квалификационная  
категория

г. Магнитогорск, 2023 г.

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1 Пояснительная записка

Нормативная база: Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана с учетом Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»; Указа Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года (с изменениями на 21 июля 2020 года)» (Задача № 5 (б) абзац 2); Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р) (с изменениями на 15 мая 2023 года); Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письма Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»; Письма Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»); Приказ Минпросвещения России от 17.03.2020 № 104 «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих программы начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительных общеобразовательных программ, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации»; Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

*Направленность (профиль) программы* - данная программа направлена на формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца, развитие художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства; развитие и совершенствование способностей, что и определяет **художественную направленность** программы.

*Актуальность.* Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографический ансамбль «Браво» предоставляет широкие возможности обучения детей основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей в мир танца, познакомить с жанрами, видами и стилями современной хореографии, освоить акробатические и гимнастические элементы. Программа поможет детям творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации. Кроме того, данная программа решает задачи сохранения и укрепления физического здоровья обучающихся. Занятия хореографией позволяют скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

*Новизна* данной программы заключается в возможности освоения воспитанником многожанровости хореографических стилей и акробатических элементов как условия оптимальной адаптации в поликультурной среде. Таким образом, реализация образовательной программы решает **актуальную** проблему полихудожественного воспитания детей и подростков.

Данная образовательная программа реализует **основные идеи** системы дополнительного образования детей:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;
- сохранение и охрана здоровья детей.

В основу образовательной программы положены **концептуальные идеи** духовно-нравственного развития и воспитания личности (О.С. Газман, Н.Б. Крылова), полихудожественного воспитания (Б.П. Юсов). К разработке содержательного компонента образовательной программы применен культурологический и деятельностный **подходы**; в практической деятельности используются специальные **методики** изучения различных направлений современной хореографии (Т.К. Васильева, Л.В. Браиловская), что позволяет активизировать творческую деятельность обучающихся, способствует формированию личностных качеств детей и подростков, повышению качества обучения и воспитания.

*Педагогическая целесообразность* программы «Хореографический ансамбль «Браво»» определяется тем, что программный материал ориентирует воспитанника на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, предполагает применение полученных знаний в области хореографического искусства в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, создание индивидуального творческого продукта. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию, обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства; содержание программы направлено как на формирование у воспитанников чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе, так и на формирование самодостаточного проявления своего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий в коллективном танцевальном номере.

Ведущей деятельностью старшеклассников (студентов) является учебно-профессиональная деятельность. Происходит существенное изменение самосознания — повышается значимость собственных ценностей, частные самооценки собственных качеств личности перерастают в целостное отношение к себе. Характерной чертой нравственного развития является усиление сознательных мотивов поведения. Развиваются и укрепляются качества: целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициатива, умение владеть собой, потребность в значимых для изнуженного успеха знаниях. Дети старшего школьного возраста (студенты) отличаются высоким уровнем обобщения и абстрагирования, произвольностью и устойчивостью внимания, долговременной и логической памятью, ярко проявляются доминирующие мотивы обучения. Появляется интерес к «вечным» проблемам: смыслу жизни, свободе.

*Уровень сложности (при наличии)* – «продвинутый».

*Адресаты программы* – обучающиеся 15-20 лет. Программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных и хореографической подготовки.

*Форма обучения* – очная.

*Срок освоения программы и объем программы:*

1 год обучения: 216 часов.

2 год обучения: 216 часов.

3 год обучения: 216 часов.

4 год обучения: 216 часов.

*Режим занятий:*

3 раза в неделю по 2 ак. часа или 2 раза в неделю по 3 ак. часа (ак. час – 45 мин.)

В режиме полного (вынужденного) перехода на дистанционное обучение <sup>1</sup> академический час – 30 минут.

Общий объем часов образовательной программы при переходе на дистанционное обучение остаётся прежним с учетом того, что разница в выданных часах отводится на самостоятельную работу обучающихся (самостоятельное освоение теории и практики) и на работу педагога по организации дистанционного обучения.

## **1.2 Цель и задачи программы.**

*Цель* - развитие творческих способностей ребенка средствами хореографического искусства.

*Задачи:*

*Образовательные:*

- изучение специальной терминологии.
- обучение детей базовым элементам, изучение танцевальных комбинаций, индивидуальных и массовых танцевальных произведений.
- формирование начальных навыков актерского мастерства.

*Развивающие:*

- развитие музыкального слуха и ритма, координации, пластики и грации в движениях, общей физической выносливости.
- развитие эстетического вкуса.
- формирование потребностей в творческом самовыражении, самореализации, импровизации.
- развитие артистических, эмоциональных качеств у обучающихся посредством танца.
- развитие внимательности и наблюдательности, творческого воображения и фантазии через хореографические упражнения, композиции.

*Воспитательные:*

- воспитание в детях морально-волевых качеств: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах, уважение к партнерам по танцу, чувство товарищества, коллективизма, ответственности; воспитание коммуникативных качеств ребенка.
- воспитание ключевых компетентностей: умение думать, умение общаться, умение взаимодействовать, умение доводить дело до конца и оставаться удовлетворенным своей работой.
- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим (уважение, доброжелательность, толерантность и т.д.).

*Здоровьесохраняющие (здоровьеразвивающие):*

- приобщить обучающегося к здоровому образу жизни и гармонии тела.

---

<sup>1</sup> Под дистанционным обучением понимается реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, что позволяет осуществлять обучение на расстоянии без непосредственного контакта между педагогом и обучающимися.

### 1.3 Учебный (тематический) план

#### 1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Раздел 1. Введение в программу</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	Беседа. Фронтальный опрос.
2.	<b>Раздел 2. Знакомство с азбукой танца</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	-
2.1	Музыка и танец	4	2	2	Беседа. Педагогическое наблюдение.
2.2	От простого к сложному	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
2.3	Музыкально-танцевальные игры.	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Игра.
2.4	Танцевальные элементы: этюды, танцы	6	2	4	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
3	<b>Раздел 3. Партерная гимнастика</b>	<b>22</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	-
3.1	Основы партерной гимнастики	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
3.2	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	8	2	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
3.3	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
Промежуточная аттестация		2	-	2	Контрольный урок
4	<b>Раздел 4. Азбука классического танца</b>	<b>34</b>	<b>8</b>	<b>26</b>	
4.1	Основы классического танца (занятия лицом к станку). Постановка корпуса. Формы позиций и положений рук.	18	4	14	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
4.2	Позиции ног. Различные виды бега и танцевальных шагов; Поклоны для мальчиков, реверанс для девочек.	16	4	12	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5	<b>Раздел 5. Русский народный танец</b>	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	-
5.1	Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук).	18	4	14	Педагогическое наблюдение.

	Положения и движения ног народного танца.				Выполнение упражнений.
5.2	Танцевальные движения танца «Новый русский»	18	2	16	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа</b>	<b>100</b>	<b>2</b>	<b>98</b>	-
6.1.	Знакомство с образами, сюжетом, задачами танцевальной постановки	2	2	-	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.2.	Разучивание танцевальных элементов и комбинаций. Отработка техники исполнения	80	-	80	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.3.	Отработка эмоционального исполнения, артистизма	18	-	18	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
Промежуточная аттестация		<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Контрольный урок
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>32</b>	<b>184</b>	

#### 2 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
<b>2</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>14</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	
2.1	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	8	2	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
2.2	Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	6	2	4	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
<b>3</b>	<b>Азбука классического танца</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	-
3.1	Основы классического танца Положение корпуса и рук.	2	1	1	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
3.2	Позиции ног	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
<b>4</b>	<b>Ритмика</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	-

4.1	Элементы ритмики и музыкальной грамоты	8	2	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
4.2	Игры на развитие чувства ритма	8	-	8	Педагогическое наблюдение. Игра.
<b>5</b>	<b>Сценический танец</b>	<b>32</b>	<b>6</b>	<b>26</b>	
5.1	Основы сценического танца	12	2	10	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5.2	Русский народный танец	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5.3	Хороводный танец «Как по травкам по муравкам»	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
Промежуточная аттестация		2	-	2	Контрольный урок
<b>6</b>	<b>Современный танец</b>	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	-
6.1	Основы современного танца	12	2	10	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.2	Изоляция	12	2	10	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.3	Работа в партере	12	2	10	Творческая работа. Педагогическое наблюдение.
<b>7</b>	<b>Поставочная и репетиционная работа</b>	<b>112</b>	<b>10</b>	<b>102</b>	
7.1	Постановка номера сценического танца	100	6	94	Творческая работа. Педагогическое наблюдение.
7.2	Отработка эмоционального исполнения, артистизма	12	4	8	
Промежуточная аттестация		2	-	2	Контрольный урок
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>30</b>	<b>186</b>	

### 3 год обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	

1.	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
2.	<b>Партерная гимнастика и акробатика</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	-
2.1	Партерная гимнастика	6	-	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
2.2	Основные элементы акробатики	8	2	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
2.3	Трюковые элементы	8	-	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
3.	<b>Классический танец</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	-
3.1	Упражнения у станка	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
3.2	Упражнения на середине зала	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
4.	<b>Народный танец</b>	<b>32</b>	<b>-</b>	<b>32</b>	-
4.1	Упражнения у станка	6	-	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
4.2	Элементы народного танца на середине зала	26	-	26	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
Промежуточная аттестация		<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Контрольный урок
5.	<b>Современный танец. Постановочная работа.</b>	<b>116</b>	<b>16</b>	<b>100</b>	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5.1	Уличный танец «локинг».	46	6	40	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5.2	Комбинации и связки.	30	4	26	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5.3	Современный танец. Разучивание танца «Неудержимая»	40	6	34	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.	<b>Творческая лаборатория</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	Педагогическое наблюдение. Выполнение



					упражнений.
6.1	Тело	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.2	Усилие	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.3	Форма	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.4	Пространство	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.5	Индивидуальные и групповые творческие работы	8	-	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
Промежуточная аттестация		2	-	2	Контрольный урок
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>24</b>	<b>192</b>	

#### 4 год обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика и акробатика</b>	<b>40</b>	<b>8</b>	<b>32</b>	-
2.1	Партерная гимнастика	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
2.2	Основные элементы акробатики	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
2.3	Трюковые элементы	20	4	16	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	-
3.1	Упражнения у станка	10	4	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.

3.2	Упражнения на середине зала	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
<b>4.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>44</b>	-
4.1	Упражнения народного тренажа у станка	6	2	4	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
4.2	Элементы народного танца на середине зала	6	2	4	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
4.3	Постановка номера «Заплетись плетень»	36	-	36	Творческая работа. Педагогическое наблюдение.
Промежуточная аттестация		<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Контрольный урок
<b>5.</b>	<b>Современный танец</b>	<b>80</b>	<b>2</b>	<b>78</b>	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5.1	Уличный танец	10	2	8	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5.2	Постановка уличного танца В стиле хип хоп «RITMO»	40	-	40	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
5.3	Современный танец в стиле контемпорари «Древо жизни»	30	-	30	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
<b>6.</b>	<b>Творческая лаборатория</b>	<b>20</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	
6.1	Тело	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.2	Динамическое качество движения	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.3	Форма	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.4	Пространство	4	2	2	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений.
6.5	Индивидуальные и групповые творческие работы	4	-	4	Педагогическое наблюдение.

					Выполнение упражнений.
Промежуточная аттестация	2	-	2		Контрольный урок
Итоговая аттестация	2	-	2		Отчётный концерт
<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>28</b>	<b>188</b>		

## **1.4 Содержание программы**

### **1 год обучения**

#### **Раздел 1. Введение в программу**

Теория: Знакомство с программой, цели и задачи, репертуар на год. Техника безопасности.

Практика: Поклон. Прыжковая разминка. Парные игровые упражнения

#### **Раздел 2. Знакомство с азбукой танца.**

##### **Тема 1. Музыка и танец**

Теория: Понятие «хореография». Танец и его виды. Знакомство с основными выразительными средствами музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок). Понятие «танцевального движения», его характер, настроение, темп. Взаимосвязь музыки и движения, совместное вступление и окончание мелодии и танцевального движения, передача единого характера и настроения.

Практика: Слушание танцевальной музыки, анализ характера, выполнение простейших танцевальных движений:

- ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;
- бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;
- притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой.

##### **Тема 2. От простого к сложному**

Теория: Азбука танцевального движения: понятия «темп» (быстро, медленно, умеренно); контрастность (быстрая-медленная; весёлая-грустная); характер (задорная, весёлая, печальная, яркая). Знание музыкального размера 2/2; 3/4; 4/4. Умение скоординировать движения с музыкой.

Практика: Простейшие виды хлопков-притопов в различных метроритмических сочетаниях.

##### **Тема 3. Музыкально-танцевальные игры.**

Теория: Правила игры. Ориентация в пространстве танцевального зала, умение отразить в пластике различные образы. Творческий поиск: освоение актёрской игры, мимики. Релаксация.

Практика: Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуся», «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Гусеница», «Сделай сам-покажи другим», «Паровозики», «Весёлый поход», «Морская фигура», «Зеркало».

##### **Тема 4. Танцевальные элементы: этюды, композиции, танцы**

Теория. Понятия танцевальных этюдов, композиций и танцев. Разные виды танцевальных жанров.

Практика: Самостоятельно придумать танцевальный этюд на определенный образ или ситуацию. Повторить готовый этюд - развивать наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.

## **Раздел 3. Партерная гимнастика**

### **Тема 1. Основы партерной гимнастики**

Теория: О структуре человеческого тела, о мышцах и суставах. О том, какие движения разогревают ту или иную мышцу.

Практика: Определение структуры тела, мышцы, выполнение упражнений.

## **Тема 2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса**

Теория: Порядок выполнения упражнений на развитие мышц.

Практика: Выполнение упражнений на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

## **Тема 3. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках**

Теория: Понятия акробатики. Цели и задачи акробатики.

Практика: Выполнение упражнений мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках

## **Раздел 4. Азбука классического танца**

### **Тема 1. Основы классического танца (занятия лицом к станку). Постановка корпуса. Формы позиций и положений рук.**

Теория: Позиции рук. Знакомство с танцевальным станком. Беседы о значимости классического танца как основы всей хореографии. Понятие «тренаж». Правильная постановка корпуса у станка. Постановка корпуса, формы позиций и положений рук.

Практика: Выполнение упражнений на различные позиции рук, перевод рук из одного положения в другое, закрепление постановки корпуса.

### **Тема 2. Позиции ног.**

Теория: Знакомство с позициями ног. Понятие выворотности. Выполнение упражнений для ног в различных позициях: *relleve*; *demi – plie*; *sotte*. Различные виды бега и танцевальных шагов; поклон для мальчиков, реверанс для девочек.

Практика: выполнение упражнений на различные позиции ног, поклоны. Выполнение различных видов бега и танцевальных шагов.

## **Раздел 5. Русский народный танец**

### **Тема 1. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук).**

Теория: Положения и движения рук народного танца

Практика: Выполнение упражнений для рук на различные позиции и положения: подготовка к началу движения; простейшие хлопки; взмахи платочком и кистью; «полочка».

### **Тема 2. Танцевальные движения танца «Новый русский»**

Теория: Разучивание движений стилизованного народного танца «Калина малина».

Практика: Выполнение отдельных движений и связок танца под музыку.

## **Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа.**

### **Тема 1. Знакомство с образами, сюжетом, задачами танцевальной постановки.**

Теория: Понятие образа, сюжета танца.

Практика: Не предусмотрено учебным планом.

### **Тема 2. Разучивание танцевальных элементов и комбинаций. Отработка техники исполнения**

Теория: Не предусмотрено учебным планом.

Практика: Разучивание отдельных танцевальных элементов, комбинаций, целой композиции

### **Тема 3. Отработка эмоционального исполнения танцевальной композиции, артистизма.**

Теория: Не предусмотрено учебным планом.

Практика: Эмоциональное исполнение танца, работа над мимикой, пластикой.

## **2 год обучения**

### **Раздел 1. Вводное занятие**

Теория: Знакомство детей со спецификой работы на 2-ом году обучения, формирование мотивации к занятиям по разным направлениям хореографии.

Практика: Разминка, работа в группах по заданию. Творческая самостоятельная работа всей группой по созданию этюда в любом танцевальном направлении.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

### **Тема 1. Партерная гимнастика.**

Теория: знакомство с группами мышц, суставов и необходимыми двигательными навыками и умениями для их развития и поддержки. Понятие «мышечное чувство» - сознательное отношение к своим движениям.

Практика: Упражнения партерного тренажа, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, формирование мышц брюшного пояса, гибкость, эластичность мышц, подвижности суставов. Выполнение комплекса упражнений на напряжение и расслабление мышц.

### **Тема 2. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.**

Теория: Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик». Растяжка. Шпагаты.

## **Раздел 3. Азбука классического танца.**

### **Тема 1. Основы классического танца. Положение корпуса и рук.**

Теория: Осанка и недостатки осанки. Положения и движения рук классического танца. Постановка корпуса.

Практика: Упражнения по исправлению недостатков осанки. Постановка корпуса. Упражнения на позиции рук (подготовительное положение, I, II, III позиции), правильно переводить руки из одного положения в другое.

### **Тема 2. Позиции ног (занятия лицом к станку).**

Теория: Понятие *O port de bras* (классического танца).

Практика: Упражнения лицом к станку: выворотные позиции ног 1,2,5.

Б) «Плие» (приседание): деми-плие и гранд - плие по 1 и 2 позициям.

В) «Батман тандю» (выдвижение ноги вперед, в стороны) по 1 позиции.

Г) «Пике» (удар носка по полу)

Д) «Ролевэ» (подъем на полупальцы) по 6, 1, 2 позиции.

Е) «Сотэ» (прыжки) по 6, 1, 2 позиции.

Ж) «Ронд де жамб пар тэр» (круг ногой по полу)

## **Раздел 4. Ритмика**

### **Тема 1. Элементы ритмики и музыкальной грамоты**

Теория: Понятие «ритмический рисунок»; длительность, акцент, строение музыкального произведения: вступление, части, музыкальные фразы; особенности танцевальных жанров: вальс, полька, марш.

Практика: Хлопки громкие и тихие, в темпе музыки; воспроизведение хлопками ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных и целых.

### **Тема 2. Игры на развитие чувства ритма**

Теория: объяснение правил каждой игры. Ориентация в пространстве танцевального зала. Понятия - актёрская игра, мимика, жесты, пластика тела. Понятие «танцевальный этюд».

Практика: Повторение некоторых пройденных игр: «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам- покажи другим», «Зеркало». Изучение новых игр «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».

## **Раздел 5. Сценический танец.**

### **Тема 1. Основы сценического танца**

Теория: Элементарные сведения о том или ином виде танца. Структура танца: танцевальные элементы, комбинации танцевальных элементов.

Практика: Постановка корпуса, рук, ног и головы. Выполнение комбинаций из подскоков, галопа, прыжков, хлопков, шагов и бега.

### **Тема 2. Русский народный танец**

Теория: продолжение знакомства с элементами народного танца.

Практика: Разучивание основных шагов: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг. Основные движения: «ковырялочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка», хлопки и притопы.

### **Тема 3. Хороводный танец «Как по травкам по муравкам»**

Теория: Понятие хороводный танец и его танцевальные элементы. Алгоритм постановки танца: создание танцевальной композиции, создание сценического образа, отработка танцевальных движений, отработка выразительного эмоционального исполнения.

Практика: разучивание различных рисунков хороводного танца. Разбор и разучивание танцевальных элементов под счет. Отработка выразительного эмоционального исполнения. Работа над актерским мастерством, мимикой, жестами.

## **Раздел 6. Современный танец**

### **Тема 1. Основы современного танца**

Теория: понятие «современный танец», виды, жанры, особенности танцевального языка. Партер.

Практика: выполнение упражнений на разогрев в партере: движение по кругу (бег, шаги, подскоки, галоп и т.д.); движение на середине (работа с пространством, шаги, прыжки т.д.).

### **Тема 2. Изоляция**

Теория: Понятие «изоляция» и особенности танцевального языка.

Практика: Разучивание следующих движений в партере:

1. голова: наклоны, повороты, круги, zundari;
2. плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;
3. грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;
4. пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;
5. руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью;
6. ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям

### **Тема 3. Работа в партере.**

Теория: повторение терминологии.

Практика: Выполнение упражнений на разогрев в партере. Изоляция в партере. Перекаты. Простые элементы: «книжечка».

## **3 год обучения**

### **Раздел 1. Вводное занятие**

Теория: План работы 3-его года обучения. Новые направления работы. Техника безопасности на занятиях.

Практика: Разминка. Работа в группах по заданию. Показ индивидуальных и групповых работ.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика и акробатика**

### **Тема 1. Партерная гимнастика.**

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса. Растяжка. Шапагаты.

### **Тема 2. Основные элементы акробатики**

Теория: Понятие «акробатика». Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»

### **Тема 3. Трюковые элементы.**

Теория: Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.

Практика: Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.

## **Раздел 3. Классический танец**

### **Тема 1. Упражнения у станка**

Теория: методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.

Практика: Упражнения на позиции рук, переходы рук (порт де бра).

Упражнения на позиции ног: полуприседание (деми-плие) в I, I I, V позициях, полное приседание (гранд-плие в I, I I, V позициях), выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю), маленькие броски работающей ногой на высоту 45\* (батман тандю жите), круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер), приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю), гранд батман жите (большой бросковый батман)

Лицом к станку: Реливе. Прыжки. (соте по I, II позициям). Растяжка.

### **Тема 2. Упражнения на середине зала**

Теория: методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

Практика: Переходы рук (порт де бра); деми-плие и гранд-плие в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.

Тема 4. Итоговое занятие за полугодие - выполнение практических заданий.

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за год.

## **Раздел 4. Народный танец**

### **Тема 1. Упражнения у станка**

Теория: методика исполнения элементов народного танца.

Практика: полуприседания быстрые и медленные, по I и VI-й позициям, с подъёмом на полупальцы, с наклоном корпуса; перевод ноги с носка на пятку и обратно.

### **Тема 2. Элементы народного танца на середине зала.**

Практика: поклон в русском характере; пружинистое приседание с поворотом корпуса; «моталочка», «гармошечка», «ёлочка», «ковырялочка» с притопом и подскоком; «мячики», «присядка», «хлопушки» простые; тройной шаг; притопы в комбинации; «припадания»; шаг кадрили.

### **Тема 3. Постановки номеров.**

Теория: Знакомство с разными жанрами народного танца и их построением, с просмотром видеоматериалов и прослушиванием музыки; знакомство с элементами народного костюма.

Практика: Постановка несложных танцев с народной хореографией.

## **Раздел 5. Современный танец. Постановочная работа.**

### **Тема 1. Уличный танец «локинг».**

Теория: разновидности жанров и их история появления.

Практика:

1. Выполнение комплекса разминки на середине:

– Наклоны, повороты шеи

- Разминка для плеч
- Разминка верхней части туловища (смещения вправо, влево, вперёд, назад)
- Разминка тазобедренного сустава (вращения, восьмёрки)
- Разминка ног (вращения в коленях, приседания)
- 2. Разучивание танцевальных элементов уличного танца:
  - основные раскачки (вперед, назад);
  - раскачки с шагами;
  - основные прыжки на двух и на одной ноге, с поворотами на 180 и 360 градусов;
  - соединение движений ног с руками;
  - -простейшие партерные комбинации.
  - изучение понятий kike, slaid.

### **Тема 2. Комбинации и постановки.**

Теория: Сюжеты и образы уличного танца.

Практика: Отработка комбинаций, простые постановки уличного танца.

### **Тема 3. Современный танец. Разучивание танца.**

Теория: история танца

Практика: разучивание следующих движений:

- голова: наклоны, повороты, круги, zundari;
- плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;
- грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;
- пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;
- руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

-ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.

- позвоночник: flat back вперед, в сторону, полукруги и круги торсом; contraction, release, high release.

Координация. Координация простейших движений рук и ног, свинговое раскачивание двух центров.

Уровни.

- основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа»;
- упражнения stretch-характера в различных положениях;
- упражнения на contraction и release в положении сидя;

Кросс. Перемещение в пространстве.

-шаги по квадрату.

-основные шаги афротанца.

-шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.

-прыжки: hop, jump

## **Раздел 6. Творческая лаборатория**

### **Тема 1. Тело.**

Теория: Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.

Практика: Разучивание движений Лабана.

### **Тема 2. Усилие.**

Теория: Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.

Практика: Составление танцевальных этюдов на динамическое движение, на различный характер.

### **Тема 3. Форма.**



Теория: Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.

Практика: Танцевальные этюды на работу тела.

#### **Тема 4. Пространство.**

Теория: Насколько велика киносфера двигающегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует двигающееся тело.

Практика: Танцевальные этюды на работу в пространстве.

#### **Тема 5. Индивидуальные и групповые творческие работы.**

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Индивидуальные и групповые творческие работы

### **4 год обучения**

#### **Раздел 1. Вводное занятие**

Теория: план работы 4-ого года обучения. Новыми направлениями работы. Техника безопасности на занятиях

Практика: Разминка. Индивидуальная творческая работа по заданию. Показ индивидуальных работ.

#### **Раздел 2. Партерная гимнастика и акробатика**

##### **Тема 1. Партерная гимнастика**

Теория: Техника выполнения упражнений

Практика: Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса. Растяжка. Шпагаты.

##### **Тема 2. Основные элементы акробатики**

Теория: Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков в комбинации с другими элементами: «кувырок» (вперёд и назад) из разных положений (из «стойки на лопатках» и др.), «колесо» в комбинации со шпагатом по диагонали, «мостик» из положений стоя, «стойка на руках».

##### **Тема 3. Трюковые элементы**

Теория: Техника выполнения танцевальных поддержек.

Практика: Парные трюковые элементы.

#### **Раздел 3. Классический танец**

##### **Тема 1. Упражнения у станка**

Теория: Методика исполнения элементов классического танца у станка.

Практика: Упражнения для рук по позициям. Упражнения для ног по позициям: перегибание корпуса; деми и гранд плие в I, II, IV, V позициях, батман тандю крестом; батман тандю жите крестом; ронд де жамб партер; положение ноги сюр ле у де пье; батман фондю; батман фрепе; батман девлюпе; батман реливе; гранд батман жите. Растяжка.

##### **Тема 2. Упражнения на середине зала.**

Теория: методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

Практика: положение круазе и эффасе; плие, батман тандю, батман тандю жите в разных положениях корпуса. Прыжки: соте по I, II, V позициям; ассамбле; глиссад; па де бу ре; порт де бра.

#### **Раздел 4. Народный танец**

##### **Тема 1. Упражнения у станка**

Теория: Методика исполнения элементов народного танца.

Практика: полные приседания быстрые и медленные, с поворотом коленей; перевод ноги с носка на пятку и обратно с полуприседаниями на опорной ноге, подъёмом пятки опорной ноги; маленькие броски; круговые движения ногой по полу и воздуху, каблучные упражнения; подготовка к верёвочке; дробные выстукивания простые.

### **Тема 2. Элементы народного танца на середине зала.**

Практика: шаги переменные и хороводный; притопы двойные с продвижением; «моталочка»; «верёвочка»; «молоточки»; «ковырялочка» всех видов; «присядки» в комбинации с усложнением; «хлопушки» простые; «дробь» простые; «припадание».

### **Тема 3. Постановки номеров. Постановка танца «Заплетись плетень»**

Теория: алгоритм постановки номера.

Практика: Постановка этюдов и номеров с усложнённой техникой и рисунком.

## **Раздел 5. Современный танец**

### **Тема 1. Уличный танец. Особенности танцевальных движений, история танца.**

Теория: новые направления нью-стайл, э-лей, хаос, элементы брейк-данса.

Практика: разучивание танцевальных элементов Хаос: степ шаги: вправо, влево, вперёд, назад; степ шаги с усложнением. Упражнения в прыжке «ножницы» простые, и с усложнением. «Звёздочка». «Раскачки». Нью-стайл, э-лей. «Слайды». «Волны». «Раскачки». Работа на разных уровнях.

Брейк данс – основные шаги – «шесть шагов», «скрембл» и др. Танцевальные дорожки.

### **Тема 2. Постановка уличного танца в стиле хип хоп «RITMO».**

Теория: Композиционный и пространственный рисунок в танце. Перемещение из одного уровня в другой. Комбинации на 32 такта

Практика: Перемещение из одного уровня в другой. Упражнения stretch – характера в соединении с твистами и спиралями торса. Кросс: комбинации шагов, соединённые с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге). Использование contraction release во время передвижения. Движения изолированных центров, шаги, смену уровней, возможно соединение разных стилей.

**Тема 3. Постановка современного танца в стиле контемпорари «Держи меня крепче».**

## **Раздел 6. Творческая лаборатория**

### **Тема 1. Тело. Движения Лабана**

Теория: Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.

Практика: Составление и исполнение танцевальных этюдов.

### **Тема 2. Динамическое качество движения**

Теория: Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.

Практика: Составление и исполнение танцевальных этюдов на динамическое качество движения

### **Тема 3. Форма.**

Теория: Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.

Практика: Составление и исполнение танцевальных этюдов на изменения формы тела.

### **Тема 4. Пространство.**

Теория: Как определить киносферу движущегося. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образуетдвигающееся тело.

Практика: Составление и исполнение танцевальных этюдов.

## **Тема 5. Индивидуальные и групповые творческие работы.**

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Составление и исполнение танцевальных этюдов на различные задачи.

### **1.5 Планируемые результаты**

К окончанию 1 года обучения учащиеся должны:

*знать:*

– названия танцевальных элементов и движений, основные понятия и терминологию хореографического искусства, музыкальную грамоту;

– правила безопасного использования сети интернет;

– этику дистанционного общения;

*уметь:*

– соединять отдельные движения в хореографическую композицию, исполнять движения классического экзерсиса, народного тренажа, выполнять базовые акробатические элементы;

*владеть:*

– навыками координации движений и ориентации в пространстве, навыками исполнительской выразительности.

– базовыми навыками использования открытых образовательных сред.

К окончанию 2 года обучения учащиеся должны:

*знать:*

– основные стили и направления современной хореографии;

– правила безопасного использования сети интернет;

– этику дистанционного общения;

*уметь:*

– грамотно и четко исполнять экзерсис у станка и на середине зала, целостные хореографические композиции с использованием акробатических элементов;

*владеть:*

– навыками сценических выступлений, навыками общей физической подготовки, основами классического, народного и эстрадно-спортивного танца.

– базовыми навыками использования открытых образовательных сред.

К окончанию 3 года обучения учащиеся должны:

*знать:*

– особенности современной хореографии, приемы импровизации;

– правила безопасного использования сети интернет;

– этику дистанционного общения;

*уметь:*

– импровизировать под музыкальное сопровождение, сценически точно и ярко выразить художественный образ исполняемых хореографических композиций;

*владеть:*

– основами актерского мастерства, современными направлениями хореографического искусства и основами акробатики.

– базовыми навыками использования открытых образовательных сред.

К окончанию 4 года обучения учащиеся должны:

*знать:*

– виды современной хореографии, приемы импровизации, приёмы создания образов при помощи макияжа, грима и костюма;

– правила безопасного использования сети интернет;

– этику дистанционного общения;

*уметь:*

- импровизировать под музыкальное сопровождение, сценически точно и ярко выразить художественный образ исполняемых хореографических композиций;
- самостоятельно придумывать небольшие танцевальные фрагменты различных танцевальных направлений;

*владеть:*

- актерским мастерством, современными направлениями хореографического искусства и основами акробатики.
- базовыми навыками использования открытых образовательных сред.



## **2.2 Условия реализации программы**

### *Материально-техническое обеспечение:*

1. Танцевальный зал.
2. Опора в виде стула.
3. Фитнес коврик.
4. Зеркала.
5. Тренировочная одежда и специализированная танцевальная обувь.
6. Аудиоаппаратура.
7. Ноутбук, проектор.
8. Наличие компьютера, планшета, гаджета.
9. Наличие выхода в информационно-коммуникационную сеть Интернет.
10. Программное обеспечение для дистанционного обучения (Интернет-браузер, программы для просмотра изображений и видео-файлов, пакет MS Office, Skipe, Zoom, и др.).
11. Цифровая платформа реализации образовательной программы (социальная сеть ВКонтакте [https://vk.com/club78694200?from=quick\\_search](https://vk.com/club78694200?from=quick_search))

### *Информационное обеспечение:*

Обучающиеся ГБУДО ДУМ «Магнит» с компьютеров учреждения (в т.ч. в сопровождении педагога), а также из дома могут бесплатно оформить Виртуальный читательский билет (Виртуальный абонемент) в Челябинской областной универсальной научной библиотеке (ЧОУНБ): <http://chelreglib.ru/ru/pages/readers/services/virtabonement/> (ссылка на прохождение удалённой регистрации). После регистрации в ЧОУНБ обучающийся получает бесплатный доступ к следующим электронным библиотечным системам: Электронная библиотека ЛитРес, Электронная библиотечная система Лань, Библиотека Global F5, Электронная библиотечная система IPRbooks, Библиотека периодических изданий EastView, Библиотека Нон-фикшн, База данных Polpred, Электронная библиотечная система Университетская библиотека онлайн, Электронная библиотечная система ВООК.ru, Электронная библиотечная система Юрайт, Электронная библиотечная система Znanium.com.

ГБУДО ДУМ «Магнит» для работы с электронными ресурсами предоставляет обучающимся компьютерный класс (каб. №23) и выход в интернет, методические разработки, распечатки на стену информации для детей по хореографии, план урока.

Литература и интернет - ресурсы для обучающихся программы «Хореографический ансамбль «Браво»:

Информационное обеспечение по темам учебного плана для дистанционного обучения:

### **1 год обучения**

#### **Раздел 1. Введение в программу.**

1. Техника безопасности на уроках хореографии / Прочее // Техника безопасности на уроках хореографии. - Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafi>

2. Инструкции по технике безопасности на занятиях по хореографии // Ведущий образовательный портал России «Инфоурок». - Режим доступа: <https://infourok.ru/instrukcii-po-tehnike-bezopasnosti-na-zanyatiyah-po-horeografii-1652354.html>

3. Знакомство с деятельностью коллектива «Ансамбль современной хореографии «Браво» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: <https://vk.com/club78694200>

4. Хореограф / Профессии // Моё образование. - Режим доступа: [https://moeobrazovanie.ru/professions\\_horeograf.html](https://moeobrazovanie.ru/professions_horeograf.html)

5. Профессия хореограф / Искусство и культура / Списки / Профессии // Сайт Edunews Все для поступающих. - Режим доступа: <https://edunews.ru/professii/obzor/tvorcheskie/horeograf.html>

### **Раздел 2. Знакомство с азбукой танца.**

1. Партерная гимнастика. - URL: [https://www.youtube.com/watch?v=-B3CtPtQEiQ&list=PLdMMME4-N52dBGTzvEKKgyX1\\_720j\\_5Zo](https://www.youtube.com/watch?v=-B3CtPtQEiQ&list=PLdMMME4-N52dBGTzvEKKgyX1_720j_5Zo)
2. Ритмика для детей. - URL: [https://www.youtube.com/watch?v=8NSVXxdGdo&list=PLdMMME4-N52dBGTzvEKKgyX1\\_720j\\_5Zo&index=2](https://www.youtube.com/watch?v=8NSVXxdGdo&list=PLdMMME4-N52dBGTzvEKKgyX1_720j_5Zo&index=2)
3. Музыкально-ритмическая игра для детей и взрослых. - URL: <http://youtu.be/3RJMzuYxvAI>
4. Методика логоритмики и танцевальные этюды. - URL: [http://youtu.be/eqKB6A2e\\_MI](http://youtu.be/eqKB6A2e_MI)

### **Раздел 3. Партерная гимнастика.**

1. Подготовка к экзерсису у станка. - URL: <https://youtu.be/kc0HXwoVzNg>
2. Партерная гимнастика. - URL: <https://youtu.be/gxT7km0Daew>
3. Фрагмент урока партерной гимнастики «Счастлиное детство». - URL: <https://youtu.be/JniJ6fX-kul>
4. Десять упражнений на развитие гибкости. - URL: <https://youtu.be/0qC4EXupopU>
5. Тренировка на развитие гибкости. - URL: <https://youtu.be/Hd-9RQB1b94>
6. Как встать на мостик. - URL: <https://youtu.be/PriCxe6pCxY>
7. Как научиться делать колесо. - URL: [https://youtu.be/1dD2\\_4XOZT4](https://youtu.be/1dD2_4XOZT4)
8. Как научиться делать кувырок. - URL: <https://youtu.be/VUINIqkBxkQ>
9. Как делать стойку на лопатках. - URL: [https://youtu.be/vSHWov\\_rlYo](https://youtu.be/vSHWov_rlYo)

### **Раздел 4. Азбука классического танца.**

1. Гарифовой Ю. Основы классического танца. - URL: <https://youtu.be/aB9UG4h0kIY>
2. Азбука балета. - URL: <https://youtu.be/GLwWreOiOZk>
3. Позиции ног в классическом танце. - URL: <https://youtu.be/DO0f3M4Ylds>

### **Раздел 5. Русский народный танец.**

1. Положение рук в русском народном танце. - URL: <https://youtu.be/doYUHkaeEzk>
2. Положение рук в русском народном танце. - URL: <https://youtu.be/sKPsMC-SjZA>
3. Народные танцы. Самопляс. Позиции рук в народном танце. - URL: <https://youtu.be/АКqqlCzFXVs>
4. Движения танца «Калина-малина» // Социальная группа Вконтакте АСХ «Браво». - URL: <https://vk.com/club78694200>

### **Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа.**

1. XVI Областной открытый конкурс русского народного танца имени Т. А. Устиновой. - URL: <https://youtu.be/eOnQxIUvOVk>

## **2 год обучения**

### **Раздел 1. Вводное занятие.**

1. Техника безопасности на уроках хореографии / Прочее // Техника безопасности на уроках хореографии. - Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafiu>
2. Инструкции по технике безопасности на занятиях по хореографии // Ведущий образовательный портал России «Инфоурок». - Режим доступа: <https://infourok.ru/instrukcii-po-tehnike-bezopasnosti-na-zanyatiyah-po-horeografii-1652354.html>

## **Раздел 2. Партерная гимнастика.**

1. Французская партерная гимнастика. – URL: <https://youtu.be/1OCUMne6tko>
2. Партерная акробатика. – URL: <https://youtu.be/nRtQe9P6XW0>

## **Раздел 3. Азбука классического танца.**

1. Постановка корпуса и рук в классическом танце. – URL: <https://youtu.be/4SVfzwEiMdl>
2. Позиции ног. – URL: <https://youtu.be/zgl-Z9fncYI>

## **Раздел 4. Ритмика.**

1. Ритмика 1 класс 2019-2020 Староборисовская ДШИ. – URL: <https://youtu.be/0EISJjfnTTH8>
2. Игры на развитие чувства ритма. – URL: <https://youtu.be/9VLhWATEFDA>

## **Раздел 5. Сценический танец.**

1. Урок движения. Сценические движения. – URL: <https://youtu.be/H7lqpMi-qs0>

## **Раздел 6. Современный танец.**

1. Мастер класс по современной хореографии. – URL: [https://youtu.be/Q\\_WwMyUUgQM](https://youtu.be/Q_WwMyUUgQM)
2. Изоляция. – URL: <https://youtu.be/SYxxPJgqzfi>
3. Контемпорари. Техника «партер». – URL: <https://youtu.be/WQdDG2L6-3c>
4. Контемп. Партерная техника. – URL: <https://youtu.be/XUSYURNPWto>

## **3 год обучения**

### **Раздел 1. Вводное занятие.**

1. Техника безопасности на уроках хореографии / Прочее // Техника безопасности на уроках хореографии - Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafiu>
2. Инструкции по технике безопасности на занятиях по хореографии // Ведущий образовательный портал России «Инфоурок». - Режим доступа: <https://infourok.ru/instrukcii-po-tehnike-bezopasnosti-na-zanyatiyah-po-horeografii-1652354.html>
3. Хореограф / Профессии // Моё образование. - Режим доступа: [https://moebzovanie.ru/professions\\_horeograf.html](https://moebzovanie.ru/professions_horeograf.html)
4. Профессия хореограф / Искусство и культура / Списки / Профессии // Сайт Edunews Всё для поступающих. - Режим доступа: <https://edunews.ru/professii/obzor/tvorcheskie/horeograf.html>

### **Раздел 2. Партерная гимнастика и акробатика.**

1. МК младшего и старшего хореографического отделения. – URL: <https://youtu.be/esZJYtxGUxg>
2. Урок №1. Акробатика. – URL: <https://youtu.be/KhoQH3bmRrs>
3. Книжка. Партерная танцевальная техника. – URL: <https://youtu.be/uY3VwdJJrJE>
4. Эффектный трюк. – URL: <https://youtu.be/gLmeZ0CHFcc>

### **Раздел 3. Классический танец.**

1. Азбука балета. – URL: <https://youtu.be/GLwWreOiOZk>
2. Урок классического танца. – URL: <https://youtu.be/KxgGLuVNmSA>



#### **Раздел 4. Народный танец.**

1. Народный танец. Разбор станка. – URL: <https://youtu.be/ZAx-QVLOcKY>
2. Мастер класс. Народный танец. – URL: <https://youtu.be/VSJ5W3e2gAY>
3. Урок народно-сценического танца. – URL: <https://youtu.be/5yuqqOCK7LU>

#### **Раздел 5. Современный танец. Постановочная работа.**

1. Уличный танец «dancehall» // Социальная группа в Вконтакте АСХ «Браво». URL: <https://vk.com/club78694200>

#### **Раздел 6. Творческая лаборатория.**

1. Развитие пластики тела. – URL: <https://youtu.be/CAAVDhtDKsY>
2. Лаборатория современного танца. – URL: <https://youtu.be/iROtIA232uo>

### **4 год обучения**

#### **Раздел 1. Вводное занятие.**

1. Техника безопасности на уроках хореографии / Прочее // Техника безопасности на уроках хореографии - Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafi>
2. Инструкции по технике безопасности на занятиях по хореографии // Ведущий образовательный портал России «Инфоурок». - Режим доступа: <https://infourok.ru/instrukcii-po-tehnike-bezopasnosti-na-zanyatiyah-po-horeografii-1652354.html>
3. Хореограф / Профессии // Моё образование. - Режим доступа: [https://moeobrazovanie.ru/professions\\_horeograf.html](https://moeobrazovanie.ru/professions_horeograf.html)
4. Профессия хореограф / Искусство и культура / Списки / Профессии // Сайт Edunews Всё для поступающих. - Режим доступа: <https://edunews.ru/professii/obzor/tvorcheskie/horeograf.html>

#### **Раздел 2. Партерная гимнастика и акробатика.**

1. Партерная гимнастика. – URL: <https://youtu.be/f93JNi4rfwo>
2. Урок №1. Акробатика. – URL: <https://youtu.be/KhoQH3bmRrs>
3. Элементы акробатики в танце. – URL: <https://youtu.be/7yqki0SdYIA>

#### **Раздел 3. Классический танец.**

1. Открытый урок по классическому танцу. – URL: <https://youtu.be/O7pu2dQGwEk>
2. Экзамен по классическому танцу. – URL: <https://youtu.be/ozyczQLCBVM>

#### **Раздел 4. Народный танец.**

1. Народный станок. – URL: <https://youtu.be/z9tqc71wKnM>
2. Экзерсис на середине зала. – URL: <https://youtu.be/jPGa6pSkPkc>

#### **Раздел 5. Современный танец.**

1. История уличных танцев. – URL: [https://youtu.be/fx\\_98uewXO0](https://youtu.be/fx_98uewXO0)
2. Танец контемпорари: история, особенности, техники. – URL: <https://www.vikids.ru/articles/tanets-kontemporari-istoriya-osobennosti-tehniki>
3. Уроки контемпорари танца для начинающих: бесплатные видео для занятий дома. – URL: <https://vse-kursy.com/read/1164-uroki-kontemporari-tanca-dlya-nachinayuschih.html>

#### **Раздел 6. Творческая лаборатория.**

1. Класс по системе Лабана. – URL: <https://youtu.be/6xISN46Hcz8>
2. Как улучшить технику рук в танце. – URL: [https://youtu.be/rUsJJ3\\_reWE](https://youtu.be/rUsJJ3_reWE)

3. Лаборатория современного танца. – URL: <https://youtu.be/iROtIA232uo>

4. Лаборатория современного танца. – URL: <https://youtu.be/iROtIA232uo>

#### *Кадровое обеспечение:*

Педагог дополнительного образования I категории - Матвеевская Анастасия Олеговна. Высшее образование ФГБОУ ВО «МГТУ им.Г.И.Носова» по специальности «Металлургия черных металлов», 2008 г.

#### Профессиональная переподготовка:

- ГБУ ДПО «ЧИРПО» с 07.11.2016 по 26.01.2018 №986 по программе дополнительной профессиональной переподготовки "Образование и педагогика" "Методика профессионального обучения", 500 часов, г.Челябинск.

- ООО "Инфоурок" с 06.01.2021 по 31.03.2021 по программе дополнительной профессиональной переподготовки "Организация деятельности преподавателя детской хореографии", квалификация «Преподаватель детской хореографии», 540 часов, г.Смоленск.

#### Повышение квалификации:

- АНО ДПО "Платформа" с 15.10.20 по 16.10.20 "Обучение по оказанию первой помощи пострадавшим в образовательной организации", 16 часов;

- ЧИРПО с 11.01.2021 по 22.01.2021 "Организация профессиональной деятельности психолого-педагогического направления", 82 часа;

- ООО "Инфоурок" с 12.12.2022 по 18.01.2023 "Инструктор групповых программ (общий фитнес)", 108 часов;

- ООО «Инфоурок» с 10.10.2022 по 16.11.2022 "Спортивная диетология и нутрициология", 108 часов; 4.ООО «Инфоурок» с 23.11.2022 по 14.12.2022 «Персональный тренер по фитнесу и бодибилдингу", 108 часов.

### **2.3 Формы аттестации учащихся**

#### *Формы промежуточного контроля:*

- выполнение практических заданий
- открытый урок.

#### *Формы итогового контроля:*

- выполнение практических заданий
- отчетный концерт обучающихся для родителей.

### **2.4 Оценочные материалы**

#### *Промежуточная аттестация 1-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 1-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

п/п	Практические задания	Критерий	Оценка уровня исполнения
1.	Продемонстрировать позиции рук и ног классического тренажа.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
2.	Продемонстрировать позиции рук и ног	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и	Высокий

	народного тренажа.	самостоятельно	
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
3.	Исполнить основные элементы народного танца.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
4.	Исполнить основные элементы современного танца.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
5.	Исполнить композицию разученного танца.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий

*Промежуточная аттестация 2-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 2-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

п/п	Практические задания	Критерий	Оценка уровня исполнения
1.	Исполнить народный танец (самостоятельно).	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий

2.	Исполнить современный танец (самостоятельно).	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий

*Промежуточная аттестация 3-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 3-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий**:

п/п	Практические задания	Критерий	Оценка уровня исполнения
1.	Продemonстрировать упражнения для рук и ног классического тренажа.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
2.	Продemonстрировать упражнения рук и ног народного тренажа.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
3.	Исполнить основные элементы народного танца.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
4.	Исполнить основные элементы современного танца.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний

		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
5.	Исполнить композицию разученного танца.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий

*Промежуточная аттестация 4-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 4-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

п/п	Практические задания	Критерий	Оценка уровня исполнения
1.	Исполнить народный танец (самостоятельно).	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий
2.	Исполнить современный танец (самостоятельно).	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий

*Промежуточная аттестация 5-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 5-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

п/п	Практические задания	Критерий	Оценка уровня исполнения
1.	Продemonстрировать упражнения классического тренажа.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий

		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
2.	Продemonстрировать упражнения народного тренажа.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
3.	Исполнить основные элементы народного танца.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
4.	Исполнить основные элементы современного танца.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий
5.	Исполнить акробатические трюки.	Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно и самостоятельно	Высокий
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения точно с помощью педагога	Средний
		Обучающийся продемонстрировал технику исполнения с ошибками с помощью педагога	низкий

*Промежуточная аттестация 6-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 6-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий**:

п/п	Практические задания	Критерий	Оценка уровня исполнения
1.	Исполнить народный танец (самостоятельно).	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как	Высокий

		ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий
2.	Исполнить современный танец (самостоятельно).	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий

*Промежуточная аттестация 7-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 7-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Работа с предметом.	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий
2.	Исполнение сценического танца.	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий
3.	Исполнить современный танец.	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий

		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий

*Промежуточная аттестация 8-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 8-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить народный танец.	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий
2.	Исполнить уличный танец.	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий
3.	Работа с предметом (шатёр)	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низкий

*Итоговая аттестация (по результатам всего периода обучения):*

Контроль практической подготовленности итоговой аттестации всего периода обучения основывается на проверке **выполнения творческого практического задания:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка уровня исполнения
-------	----------------------	----------	--------------------------



1.	Исполнить все разученные танцы по программе.	Двигательные навыки обучающегося развиты комплексно: музыкальность, ритмичность, точность исполнения как ряда отдельных движений, так и комбинации в танце.	Высокий
		Не точное исполнение танцевальных движений и комбинаций с точки зрения координации движений, четкости и музыкальности.	Средний
		Допущение неточностей при исполнении танцевальных движений и комбинаций	Низки
2.	Исполнить хореографический этюд собственного сочинения.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	высокий
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	низкий

## 2.5 Методические материалы

*Методы обучения:*

**Объяснительно-иллюстративные:** объяснение, рассказ, беседа, лекция, демонстрация, инструктаж, оперативный комментарий.

**Практические:** метод освоения движения, метод обучения посредством расчленения движений, творческие задачи, повторение, самостоятельная работа, игровые ситуации, показ.

**Методы стимулирования и мотивации деятельности:** соревнование, создание «ситуации успеха», эмоциональное воздействие, поощрение, порицание, требование, перспектива, общественное мнение, личный пример педагога.

**Репродуктивный** – учащиеся сами воспроизводят известный им материал. Этот метод позволяет педагогу осуществлять контроль над усвоением знаний, умений, навыков учащихся: с помощью разнообразных заданий педагог предлагает воспроизвести разученные ранее танцевальные движения и композиции, отслеживая технику исполнения и уровень хореографической и мышечной памяти.

**Проблемный** – педагог выдвигает перед учащимися познавательную творческую проблему и показывает путь ее решения, либо учащийся предлагает свое творческое решение, что способствует развитию образного мышления.

**Игровые методы (Метод театрализации)** – через различные сюжеты и роли происходит обучение актёрскому мастерству, способность мыслить хореографическими образами позволяет развиваться духовно, что позднее используется в танцевальной деятельности.

**Импровизационный метод (Сочинение)** - педагог предлагает самостоятельно подобрать музыкальный материал или предлагает его создать небольшую танцевальную композицию, используя законы драматургии. Тем самым учащимся даётся возможность творчески мыслить, принять участие в создании танцевального номера и возможно открыть в себе талант сочинителя. Это действие, не осознанное и не подготовленное заранее, действие, которое совершается экспромтом. Этот процесс, тем самым порождает у подростка азарт, развивает творчество, способствует раскрепощению, самосовершенствованию и самовыражению через хореографические образы и постановки.

**Интерактивные методы** – взаимодействие, сотрудничество, поиск, диалог, игра между людьми или человеком и информационной средой.

*Формы организации образовательного процесса:*

- индивидуальная;
- групповая;
- коллективная.

*Формы организации учебного занятия:*

- беседа;
- презентация;
- практическое занятие;
- открытое занятие;
- мастер-класс;
- творческая мастерская;
- фестиваль;
- конкурс;
- концерт;
- праздник;
- тренинги профессионального, образовательного, ценностного самоопределения на цифровых тренажёрах;
- цифровое тестирование;
- онлайн конкурсы;
- просветительские программы;
- беседа в сетевой группе;
- видео-, аудио-урок;
- урок-лекция;
- вебинар;
- видео - конференция;
- чат;
- виртуальная экскурсия;
- виртуальный мастер-класс.

*Образовательные (педагогические) технологии:*

- **Здоровьесберегающие технологии**, направленные на укрепление и сохранение здоровья обучающихся;
- **Технологии дифференцированного обучения**, учитывающие индивидуальные особенности состояния здоровья и уровня физической подготовленности обучающихся. При оценивании учитывается не только достигнутый результат, но и динамика изменений физической подготовленности.
- **Технологии личностно-ориентированного подхода** в обучении, направленные на удовлетворение потребностей и интересов студентов.
- **Технология игрового моделирования**, направленных на повышение эффективности занятий, качества усвоения учебного материала учащимися, реализацию потребности личности студента в самовыражении и самоопределении.
- **Тестовая технология**, применяемая для мониторинга уровня теоретической и практической подготовленности.
- **Технология электронного обучения** - организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников (п.1 ст.16 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ).
- **Дистанционные образовательные технологии** - образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей

при 4 опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников (п.1 ст.16 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ).

*Алгоритм учебного занятия:*

Общие занятия строятся по определенной структуре:

**1. Вводная часть** (приветствие, постановка цели и задач, общефизическая разминка, кардио-разминка, диагональные упражнения, растяжка, акробатика).

**2. Основная часть** - постановочная и репетиционная работа (постановка номера, изучение новых танцевальных элементов и связок, техническое совершенствование изученных комбинаций, синхронность исполнения, выполнение хореографического материала под музыку, работа над артистичностью и эмоциональностью исполнения).

**3. Заключительная часть** (самостоятельная работа обучающегося, рефлексия, обсуждение изученного материала и работы, поклон).

*Алгоритм учебного занятия в режиме дистанционного обучения.*

**1. Вводная часть** - приветствие, постановка цели и задач.

**2. Основная часть** – изучение основных понятий заданной темы, просмотр видеоматериалов, теоретический разбор новых танцевальных элементов и связок, выполнение хореографического материала под музыку.

**3. Заключительная часть** - самостоятельная работа обучающегося, рефлексия, обсуждение изученного материала и работы, запись видео с исполнением задания.

*Дидактические материалы:*

1. Аудиотека (фонограммы танцевальных номеров, музыкальные сборники для тренировок).

2. Видеотека (учебные курсы, занятия, записи выступлений на различных концертах, конкурсах).

## **2.6 Список литературы**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983

2. Примерные программы по учебным предметам по дополнительной предпрофессиональной программе Хореографическое творчество. – Режим доступа: <https://www.mkrf.ru/documents/primernye-programmy-po-uchebnym-predmetam-po-dopolnitelnoy-predprofessionalnoy-programme-khoreografi/>

3. Андерсон Б. Растяжка для каждого. – Минск, 2010. – Режим доступа: <https://mexalib.com/view/135664>

4. Захаров Р.В. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта — М. Искусство, 1983. – 237 с. – Режим доступа: [https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333943/ZaKharov\\_R.\\_Sochinenie\\_tanca.pdf](https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333943/ZaKharov_R._Sochinenie_tanca.pdf)

5. Бриске И.Э. «Хореография» Челябинск, 1995

6. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету». Москва, Издательство «ГИТИС» 1994

7. Джоан Ван дер Маст «Хрестоматия для преподавания современного танца», Челябинск, 2011г.

8. Ивлева Л.Д. «Джазовый танец», Учебное пособие. Челябинск, 1996г.

9. Крючек Е.С. из серии «Спорт в школе», 2008г.

10. Кудрявцева Н.Ю. «Дополнительная образовательная программа Образец 2012 г.

11. Смирнова М.В. Методические разработки по классическому танцу. Москва, 1987. «Гимнастическая аэробика».

12. Суриц Е.Я. Танец модерн. Маски современной культуры. М., 2001. 1. Дешкова И. «Иллюстрационная энциклопедия балет в рассказах и исторических анекдотах для детей и их родителей». Москва 1995

13. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе» Танцевально-игровая гимнастика для детей. Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2003г.
14. Фокин М. Против течения. Л.- М., Искусство, 1962г.
15. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М., Искусство, 1985г.
16. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу», Москва 2008
17. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2000. – 192 с. – Режим доступа: <https://freedocs.xyz/pdf-471677429>
18. Онлай-журнал о танцах. – Режим доступа: <https://dance-cafe.ru/onlajn-zhurnal/>