



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 304  
«ЦЕНТР ПОДГОТОВКИ КАДЕТ»  
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Принята на заседании  
Педагогического совета  
ГБОУ СОШ №304  
«Центр подготовки кадет»  
Центрального района  
г. Санкт-Петербурга  
Протокол от 25 августа 2022 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ  
И.о. директора ГБОУ СОШ №304  
«Центр подготовки кадет»  
Центрального района  
г. Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ Ю.Е. Яковлев  
«25» августа 2022 г.  
Приказ от 25 августа 2022 г. № 73

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**СТУДИЯ ТАНЦА «ЮНОСТЬ»**

Возраст учащихся: 7 -15 лет.  
Срок реализации: 3 года.

Разработчик:  
Васильева Татьяна Александровна,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2022 г.

## Оглавление

<b>1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....</b>	<b>3</b>
1.1. Основные характеристики программы.....	3
1.2. Направленность программы.....	3
1.3. Актуальность образовательной программы.....	3
1.4. Отличительные особенности образовательной программы.....	3
1.5. Адресат программы - характеристика категории учащихся по программе.....	3
1.6. Цель дополнительной образовательной программы.....	4
1.7. Задачи дополнительной образовательной программы.....	4
1.8. Условия реализации образовательной программы.....	4
1.9. Планируемые результаты.....	5
<b>2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....</b>	<b>5</b>
<b>3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....</b>	<b>8</b>
<b>4. МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....</b>	<b>8</b>
<b>5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>	<b>9</b>
<b>6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА.....</b>	<b>9</b>

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273

«Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14

//Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41; Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (распоряжение Комитета по образованию от 01.03.17 № 617-р; Приказа Министерства спорта РФ от 30 декабря 2014 г.

№1105 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спортивная акробатика»; В соответствии с частью 1 статьи 34 Федерального закона от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; Приказа Министерства культуры РФ от 12 марта 2012 г. № 158 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество»; Устава государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 304 «Центр подготовки кадет» Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ГБОУ СОШ № 304.

В случае перехода на обучение с использованием дистанционных технологий школа переходит на единую цифровую площадку, которая позволит проводить занятия синхронно и асинхронно. Будут использованы следующие возможности для введения и отработки учебного материала: презентации, видеофрагменты, яндекс-формы и т.д.

### **1.1. Основные характеристика программы**

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Хореография – искусство, любимое детьми. Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного этического и эстетического развития ребенка. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают предпосылки для гармоничного физического и пластического совершенствования.

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания. Он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, принося радость как исполнителю, так и зрителю, но и укрепляет духовные силы, воспитывая любовь к прекрасному.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

## **1.2. Направленность программы**

Программа имеет художественно-эстетическую направленность.

## **1.3. Актуальность программы**

Актуальность данной образовательной программы заключается в том, что в ней представлен особый, более широкий комплексный подход к реализации цели и задач обучения, увеличен раздел хореографической подготовки. Обучающиеся овладевают навыками основополагающего принципа синтетического танцевального искусства, включая детальную предварительную работу с музыкальным материалом.

Модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. Классический, балетный, народный, историко-бытовой и современные танцы играют немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью этих категорий танцев, которые сочетают в себе средства музыкального, пластического, этического и художественно-эстетического развития.

## **1.4. Отличительная особенность программы**

1.4.1. *Адаптационный* – создание комфортных условий для развития учащегося в коллективе, формирование устойчивого интереса к искусству танца, привыкание к общим требованиям коллективной деятельности.

1.4.2. *Подготовительный* – создание начального базового уровня хореографической, общей физической, музыкально-ритмической подготовленности.

1.4.3. *Начальный* – формирование необходимых навыков для технического

освоения танцевальных элементов различной жанровой направленности.

1.4.4. **Основной** – закрепление и развитие уровня базовой хореографической, общей физической, музыкально-ритмической подготовленности.

1.4.5. **Завершающий** – концертная, конкурсная деятельность, совершенствование танцевального мастерства.

Каждый период имеет свою конкретную задачу, служит закреплению накопленных умений и одновременно является дальнейшим шагом творческого развития учащегося, формирования качественно новых двигательных умений и навыков.

Учитывая тот факт, что учащиеся данного учебного заведения являются кадетами, необходимо отметить, что для этих учащихся необходимо обучение основам бальной хореографии, ознакомление с основными бальными, салонными танцами. Это, безусловно, поможет педагогическому коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения. Улучшит подготовку школьных и внешкольных мероприятий.

## **1.5. Адресат программы - характеристика категории учащихся по программе**

Контингент учащихся, занимающихся по этой программе, в возрасте от 7- 15 лет.

## **1.6. Цель образовательной программы**

Содействие гармоничному и творческому развитию личности учащихся средствами музыкально - танцевально-двигательной активности.

## **1.7. Задачи образовательной программы**

### **Обучающие:**

- развитие музыкальных способностей: музыкальный слух, чувство ритма, восприятие художественной музыкальной образности, музыкальная память;
- развитие двигательных качеств и умений: ловкость, точность, координация движений, пластичность;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в сценическом пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами хореографической лексики;
- развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку, способность к импровизации;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения;
- обучение танцевальному этикету и формирование умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

- обучение актерскому мастерству.

***Развивающие:***

- развитие интереса к общим и специальным областям знаний музыкального и хореографического искусства;
- развитие творческой активности через индивидуальное раскрытие способностей каждого учащегося;
- развитие эстетического восприятия, художественного вкуса, творческого воображения, двигательной ориентации;
- развитие коммуникативной культуры.

***Воспитательные:***

- воспитание творческой активности и потребности в самовыражении;
- воспитание эстетического вкуса, исполнительской культуры;
- воспитание интереса к здоровому образу жизни;
- воспитание ценностного отношения к красоте, любви к искусству и творчеству;
- воспитание творческой активности учащегося, ценящего в себе и других такие качества как доброжелательность, трудолюбие, уважение к творчеству других.

**1.8. Условия реализации программы.**

В реализации программы «Танцы» принимают учащиеся с 1-ого по 9-ые классы, в возрасте от 7-ми до 15-ти лет. Срок реализации программы 3 года. Занятия проходят, для групп первого года обучения, два раза в неделю, по два часа. Для групп второго года обучения два раза в неделю, по два часа. Для групп третьего года обучения два раза в неделю, по два часа.

В связи с эпидемиологической ситуацией, на данный момент, группы набраны повзводно. Пересечения детей разного возраста в группах 1-ого, 2-ого и 3-его года обучения нет.

*Форма занятий:* урок, открытый урок, участие в фестивале, конкурсе, концерте.

*Способы определения результативности:*

- итоговые занятия;
- открытые уроки;
- выступления;
- концерты;
- конкурсы.

*Материально-техническое обеспечение:*

- танцевальный зал с зеркалами, специальным половым покрытием;
- сценическая площадка для репетиций концертных номеров и выступлений;

- кабинет для педагога;
- раздевалки для девочек и мальчиков, оборудованные вешалками и стульями;
- костюмы, обувь, реквизит, помещения для хранения костюмов, обуви и реквизита, оборудованные шкафами и перекладинами;
- помещение – фойе для родителей;
- туалеты;
- коврики для занятий, маты, гимнастические палки, скакалки.

*Технические средства:*

- музыкальный центр;
- фонотека;
- видеотека.

**При введении обучения с использованием дистанционных технологий школа переходит на единую цифровую площадку, которая позволит проводить занятия синхронно и асинхронно. Будут использоваться следующие возможности для введения и отработки нового учебного материала:** презентации, видео уроки, тесты, яндекс-формы.

## **1.9. Планируемые результаты**

### **Личностные:**

Воспитание патриотизма, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России.

Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями.

Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

### **Метапредметные:**

Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.

Готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать возможность существования различных точек зрения. Умение аргументированно высказывать свою точку зрения и давать оценку событий.

Развитие навыков межличностного общения и сотрудничества, продуктивной индивидуальной и коллективной деятельности.

Видение красоты музыкально-хореографического исполнения. Выделение и обоснование эстетических признаков движения в целом.

### **Предметные:**

Развитие навыков и умений в области хореографического искусства. Развитие пластической выразительности, творческого воображения.

Развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение. Выполнение различных

танцевальных комбинаций на высоком техническом уровне.

Развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки).

Глубокое ознакомление с историей хореографического и музыкального искусства в целом.

Обучение танцевальной технике различных хореографических и этнических стилей.

Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий. Нахождение способов их исправления.

Управление эмоциями.

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

Учебно-тематический план 1 года обучения.

№	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Экскурс в Историю Танца.	2	2	-
2	Постановка тела. Общее развитие мышечно-двигательного аппарата. Партерная гимнастика.	20	6	14
3	Психофизический тренинг. Актёрское мастерство.	10	2	8
4	Термины классического танца. Азбука музыкального движения. Ритмопластика.	20	6	14
5	Самоощущение в пространстве. Перемещение в сценическом пространстве.	14	6	8
6	Поклоны. Виды шагов, бега. Вращения. Прыжки. Элементы танцев. Сценическое движение.	20	8	12
7	Взаимодействие в группе, с партнёром. Танцевальный рисунок.	20	6	14
8	Постановочная работа.	36	6	30
9	Итоговое занятие.	2	-	2
	Итого:	144	42	102



Учебно-тематический план 2 года обучения.

	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Экскурс в Историю Танца.	2	2	-
2	Постановка тела. Общее развитие мышечно-двигательного аппарата. Партерная гимнастика.	20	6	14
3	Психофизический тренинг. Актёрское мастерство.	10	2	8
4	Термины классического танца. Азбука музыкального движения. Ритмопластика.	20	6	14
5	Самоощущение в пространстве. Перемещение в сценическом пространстве.	14	6	8
6	Поклоны. Виды шагов, бега. Вращения. Прыжки. Элементы танцев. Сценическое движение.	20	8	12
7	Взаимодействие в группе, с партнёром. Танцевальный рисунок.	20	6	14
8	Постановочная работа.	36	6	30
9	Итоговое занятие.	2	-	2
	Итого:	144	42	102

Учебно-тематический план 3 года обучения.

	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Экскурс в Историю Танца.	2	2	-
2	Постановка тела. Общее развитие мышечно-двигательного аппарата. Партерная гимнастика.	20	6	14

3	Психофизический тренинг. Актёрское мастерство.	10	2	8
4	Термины классического танца. Азбука музыкального движения. Ритмопластика.	20	6	14
5	Самоощущение в пространстве. Перемещение в сценическом пространстве.	14	6	8
6	Поклоны. Виды шагов, бега. Вращения. Прыжки. Элементы танцев. Сценическое движение.	20	8	12
7	Взаимодействие в группе, с партнёром. Танцевальный рисунок.	20	6	14
8	Постановочная работа.	36	6	30
9	Итоговое занятие.	2	-	2
	Итого:	144	42	102

### 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.

<i>Год обучения</i>	<i>Дата начала обучения по программе</i>	<i>Дата окончания обучения по программе</i>	<i>Количество учебных недель</i>	<i>Количество учебных дней</i>	<i>Количество учебных часов</i>	<i>Режим занятий</i>
<i>1 год</i>	<b>10.09.</b>	<b>25.05.</b>	<b>36</b>	<b>72</b>	<b>144</b>	<i>Теория и практика</i>
<i>2 год</i>	<b>01.09.</b>	<b>25.05.</b>	<b>36</b>	<b>72</b>	<b>144</b>	<i>Теория и практика</i>

3 год	01.09.	25.05.	36	72	144	Теория и практика
-------	--------	--------	----	----	-----	-------------------

#### 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

№	Перечень разделов	Форма проведения занятий	Приёмы и методы	Электронные образовательные ресурсы
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Экскурс в историю Танца.	Беседа. Экскурсия. Презентация	Наглядный. Объяснительно – иллюстративный.	Инструкция по ТБ.
2	Постановка тела. Общее развитие мышечно-двигательного аппарата. Партерная гимнастика.	Объяснения. Показ. Репетиция. Занятие – зачёт.	Наглядный. Объяснительно – иллюстративный. Метод игрового содержания. Флеш-носитель. Ноутбук.	<a href="https://secret-terpsihor.com">https://secret-terpsihor.com</a> . Копилка хореографа. <a href="https://horeografiya.com/">https://horeografiya.com/</a> . Хореография для всех. <a href="http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379">http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379</a> Игры и игровые моменты на уроках ритмики.
3	Психофизический тренинг. Актёрское мастерство.	Объяснения. Показ. Репетиция. Занятие – зачёт.	Наглядный. Объяснительно – иллюстративный. Метод игрового содержания. Флеш-носитель.	<a href="https://leksii.org/6-3750.html">https://leksii.org/6-3750.html</a> Упражнения.

			Ноутбук.	
4	Термины классического танца. Азбука музыкального движения. Ритмопластика.	Объяснения. Показ. Репетиция. Занятие – зачёт.	Наглядный. Объяснительно – иллюстративны й. Метод игрового содержания. Флеш-носитель. Ноутбук. Аксессуары. Импровизация.	<a href="https://secret-terpsihor.com">https://secret-terpsihor.com</a> . <a href="https://horeografiya.com/">https://horeografiya.com/</a> . <a href="http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379">http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379</a>
5	Самоощущение в пространстве. Перемещение в сценическом пространстве.	Объяснение. Показ. Репетиция. Занятие – зачёт. Презентация . Концерт.	Наглядный. Объяснительно – иллюстративны й. Метод игрового содержания. Флеш-носитель. Ноутбук. Аксессуары. Импровизация.	<a href="https://secret-terpsihor.com">https://secret-terpsihor.com</a> . <a href="https://horeografiya.com/">https://horeografiya.com/</a> . <a href="http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379">http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379</a>
6	Поклоны. Виды шагов, бега. Вращения. Элементы танцев. Сценическое движение.	Объяснение. Показ. Занятие – зачёт. Презентация . Концерт.	Наглядный. Объяснительно – иллюстративны й. Метод игрового содержания. Флеш-носитель.	<a href="http://maxdances.ru/uroki/uroki-balnyh-tancev">maxdances.ru/uroki/uroki-balnyh-tancev</a> лучшие танцы.рф/анатомия-бальных-танцев-видео-уроки

			Ноутбук. Аксессуары. Импровизация.	
7	Взаимодействие в группе, с партнёром. Танцевальный рисунок.	Объяснение. Показ. Занятие – зачёт. Презентация . Концерт.	Наглядный. Объяснительно – иллюстративный. Метод игрового содержания. Флеш-носитель. Аксессуары.	<a href="http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379">5fan.ru/wievjob.php?id=53379</a> Картотека игр.
8	Постановочная работа.	Объяснение. Показ. Презентация . Концерт.	Наглядный. Объяснительно – иллюстративный. Импровизация. Флеш-носитель. Ноутбук. Аксессуары.	<a href="https://secret-terpsihor.com">https://secret-terpsihor.com</a> . <a href="https://horeografiya.com/">https://horeografiya.com/</a> . <a href="http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379">http://5fan.ru/wievjob.php?id=53379</a> maxdances.ru/uroki/uroki-balnyh-tancev лучшие танцы.рф/анатомия-бальных-танцев-видео-уроки

## 5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

### Список литературы для педагога .

1. Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. – Л.-М. 1964.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М., Айрис – пресс, 2001.
3. Волынский А. Л. Книга ликований. – М., Артист. Режиссёр. Театр, 1992.
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Л., Искусство, 1980.

5. Красовская В. Западноевропейский балетный театр. Эпоха Новерра. – Л., Искусство, 1981.
6. Красовская В. Западноевропейский балетный театр. Преромантизм. – Л., Искусство, 1982.
7. Мур А. Бальные танцы. – М., Аст. Астрель, 2004.
8. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., Просвещение, 1985.
9. Серебренников Н. Н. Поддержка в дуэтном танце. – Л., Искусство, 1985.
10. Соколов – Каминский А. Где танец музыкою венчан. – СПб, Агенство Визит, 2002.
11. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М., искусство, 1985.
12. Фокин М. Против течения. – Л., искусство, 1981.
13. Фридкин Г. Практическое руководство по музыкальной грамоте. – М., Музыка, 1968.
14. Эльяш Н. Образы танца. – М., Знание, 1970.

#### **Литература для обучающихся и для родителей.**

1. Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. – Л.-М. 1964.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М., 2001.
3. Волынский А. Л. Книга ликований. – М., Артист. Режиссёр. Театр, 1992.
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Л., Искусство, 1980.
5. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., Просвещение, 1985.
6. Эльяш Н. Образы танца. – М., Знание, 1970.
7. Фокин М. Против течения. – Л., искусство, 1981.

## **6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА.**

### ***Задачи 1 года обучения.***

- подготовить учащихся к пониманию значимости хореографического искусства в мировой культуре;
- подготовить учащихся к прохождению курса элементарной теории музыки;
- подготовить учащихся к простейшим упражнениям для базового развития физического тела;
- подготовить учащихся к простейшей ориентации на «сценической площадке»;
- подготовить учащихся к выполнению простейших ритмических упражнений и координационных движений;
- ознакомить учащихся с базовыми основами хореографической лексики.

### Календарно-тематический план.

№ n/n	Наименование раздела образовательной программы, количество часов	Дата проведения занятий	Количество часов		
			Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Экскурс в историю Танца.	Сентябрь	2	-	2
2	Постановка тела. Общее развитие мышечно- двигательного аппарата. Партерная гимнастика.	В течение года	6	14	20
3	Психофизический тренинг. Актёрское мастерство.	В течение года	2	8	10
4	Термины классического танца. Азбука музыкального движения. Ритмопластика.	В течение года	6	14	20
5	Самоощущение в пространстве. Перемещение в сценическом пространстве.	В течение года	6	8	14
6	Поклоны. Виды шагов, бега. Вращения. Элементы танцев. Сценическое движение.	В течение года	8	12	20
7	Взаимодействие в	В течение года	6	14	20

	группе, с партнёром. Танцевальный рисунок.				
8	Постановочная работа.	В течение года	6	30	36
9	Итоговое занятие.		-	2	2
10	Итого:		42	102	144

### ***Содержание программы 1-ого года обучения.***

- *музыкальная грамота*: мелодия; затакт; такт, аккорд, музыкальная фраза; метр; ритм; темп; простые музыкальные размеры (2/4, 4/4);
- *партерная гимнастика*: упражнения для стопы (каток, разбойник, маляр);
- упражнения для правильного согласования положений таза, позвоночного столба, головы, плечевого пояса и рук, ног, стопы и коленного сустава (улучшение гибкости шеи, улучшение эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов, улучшение подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья, увеличение подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья, улучшение подвижности суставов позвоночника, улучшение подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра, улучшение подвижности коленных суставов, увеличение подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы, исправление осанки);
  - упражнения для развития выворотности ног;
  - первичная растяжка и гибкость;
  - *ритмические упражнения*: голосовой счет; согласованные хлопки под музыкальное сопровождение; согласованные с голосовым счетом хлопки и шаги;
- *хореографическая лексика*: поклоны; апломб; формирование танцевального шага; позиции ног (I, VI позиции); положения рук (подготовительная, I, II, III); Demi plie; Releve на полупальцы; легкий танцевальный шаг — Pas marche; ход на полупальцах; подбивной шаг; приставной шаг;
- *композиционные перестроения*: точки класса; общее построение (колонна, шеренга, линия); шахматный порядок в линиях; перестроение в круг (по линии танца и наоборот);
- *постановочная практика*;
- *концертная деятельность*.

### ***Ожидаемые результаты 1-ого года обучения.***

- получение представлений о значимости музыкально-хореографического искусства, как в мире, так и в жизни каждого человека;
- привитие элементарных навыков осознанного движения под музыку;
- развитие координационных способностей;
- развитие чувства ритма; внимания; согласованного взаимодействия в



группе;

- ознакомление с базовыми основами музыкальной и хореографической дисциплин;
- исправление осанки, походки;
- привитие исполнительских навыков, чувства стиля.

### ***Задачи 2 года обучения:***

- закрепить полученные ранее знания и навыки;
- подготовить учащихся к пониманию значимости их личных исполнительских навыков в различных хореографических элементах и композиций;
- усилить подготовку в рамках курса элементарной теории музыки;
- усилить комплекс партерной гимнастики для базового развития физического тела;
- усложнить ориентационные передвижения на «сценической площадке»;
- усложнить комплексы ритмических упражнений и координационных движений;
- продолжить изучение базовых основ хореографической лексики;
- способствовать развитию внимательности и наблюдательности, творческого воображения;
- обучать учащихся их двигательным возможностям, закрепляя детали техники движений;
- прививать стиль и исполнительскую манеру в движениях;
- знакомить с музыкальными произведениями разных народов мира;
- знакомить с разновидностями танцевальных стилей.

### ***Календарно-тематический план.***

<b><i>№ п/п</i></b>	<b><i>Наименование раздела образовательной программы,  количество часов</i></b>	<b><i>Дата проведения занятий</i></b>	<b><i>Количество часов</i></b>		
			<b><i>Теория</i></b>	<b><i>Практика</i></b>	<b><i>Всего</i></b>
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Экскурс в историю Танца.	Сентябрь	2	-	2

2	Постановка тела. Общее развитие мышечно-двигательного аппарата. Партерная гимнастика.	В течение года	6	14	20
3	Психофизический тренинг. Актёрское мастерство.	В течение года	2	8	10
4	Термины классического танца. Азбука музыкального движения.	В течение года	6	14	20
	Ритмопластика.				
5	Самоощущение в пространстве. Перемещение в сценическом пространстве.	В течение года	6	8	14
6	Поклоны. Виды шагов, бега. Вращения. Элементы танцев. Сценическое движение.	В течение года	8	12	20
7	Взаимодействие в группе, с партнёром. Танцевальный рисунок.	В течение года	6	14	20
8	Постановочная работа.	В течение года	6	30	36
9	Итоговое занятие.		-	2	2
10	Итого:		42	102	144

### ***Содержание программы 2 года обучения.***

- *музыкальная грамота*: понятие контраста (лад мажор, минор); регистр (низкие, высокие звуки); динамика музыкального произведения (*forte*, *piano*); темп (*allegro*, *adagio*); тоника; пауза; простые размеры (2/4, 3/4, 2/8, 3/8), сильная доля; гармония; понятие музыкальной формы; двухчастная контрастная

форма; смена ритма и лада в зависимости от характера музыкального произведения; рондо: рефрен, эпизод;

- *партерная гимнастика*: упражнения для стопы (сборщик, художник, гусеница, кораблик, серп, мельница);

- упражнения для правильного согласования положений таза, позвоночного столба, головы, плечевого пояса и рук, ног, стопы и коленного сустава; напряжение и расслабление мышц тела; укрепление мышц брюшного пресса; улучшение гибкости позвоночника; *battement* из разных положений лежа;

- упражнения для развития выворотности ног;

- растяжка, гибкость;

- *ритмические упражнения*: согласованные хлопки, шаги без голосового счета; шаговый ход в различных музыкальных размерах с паузами; ритмические хлопки в парах; упражнения с замедлением и ускорением темпа (хлопки, голосовой счет, шаги, бег, подскоки, прыжки); сочетание элементов поворота с акцентом на сильную долю;

- *хореографическая лексика*: апломб; положение ног (III позиция); основы поворота (положения головы); основы прыжка (*temps leve saute*); перегибы корпуса; *grand plie*, полька, галоп, марш; *pas* вальса, *pas* полонеза; *epaulement, pas chasse, pas balance,*

- *arabesques, port de bras*, позиции ног (II, IV, V); *pas* вальса (поворот, маленький шаг с поворота); *pas* полонеза с усложненным рисунком;

- *народно-характерный танец*: позиции ног, рук; движения кисти; характерные *battement tendu*; упражнения на выстукивания; вращательные движения; голубцы; присядки;

- «трюки»;

- *элементы национальных танцев*;

- *композиционные перестроения*: перестроение колонны в одну, в две; парное перестроение колонны в одну, в две; перестроения, согласованные с заданным рисунком танца;

- работа в паре, в тройке; в группе;

- *постановочная практика*;

- *итоговые занятия, концертная деятельность*.

### ***Ожидаемые результаты 2-ого года обучения.***

- получение представлений о значимости музыкально-хореографического искусства, как в мире, так и в жизни каждого человека;

- привитие навыков осознанного движения под музыку;

- развитие музыкально-координационных способностей;

- развитие чувства ритма, внимания, согласованного действия в паре и группе;

- ознакомление с базовыми основами музыкальной и хореографической дисциплин;

- способность к импровизационной музыкально-двигательной активности;

- исправление осанки, походки;

- привитие сценического исполнительского стиля;

- способность к танцевальной импровизации;
- исполнительское мастерство, чувство стиля.

### ***Задачи 3 года обучения.***

- закрепить полученные ранее знания и навыки;
- подготовить учащихся к пониманию значимости их личных исполнительских навыков в различных хореографических элементах и композициях;
- усилить подготовку в рамках курса элементарной теории музыки;
- усилить комплекс партерной гимнастики для базового развития физического тела;
- усложнить ориентационные передвижения на «сценической площадке»;
- усложнить комплексы ритмических упражнений в рамках музыкально-ритмической координации;
- продолжить изучение базовых основ хореографической лексики;
- способствовать развитию внимательности и наблюдательности, творческого воображения;
- усложнять задачи двигательных функций, основываясь на координации движений (нервная, мышечная, двигательная);
- способствовать развитию темперамента учащихся;
- способствовать развитию импровизационных качеств, возможности самостоятельной постановки танцевального этюда;
- способствовать развитию исполнительской манеры и стиля.

### ***Календарно-тематический план***

<b><i>№ п/п</i></b>	<b><i>Наименование раздела образовательной программы,  количество часов</i></b>	<b><i>Дата проведения занятий</i></b>	<b><i>Количество часов</i></b>		
			<b><i>Теория</i></b>	<b><i>Практика</i></b>	<b><i>Всего</i></b>
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Экскурс в историю Танца.	Сентябрь	2	-	2
2	Постановка тела. Общее развитие мышечно- двигательного аппарата. Партерная гимнастика.	В течение года	6	14	20

3	Психофизический тренинг. Актёрское мастерство.	В течение года	2	8	10
4	Термины классического танца. Азбука музыкального движения. Ритмопластика.	В течение года	6	14	20
5	Самоощущение в пространстве. Перемещение в сценическом пространстве.	В течение года	6	8	14
6	Поклоны. Виды шагов, бега. Вращения. Элементы танцев. Сценическое движение.	В течение года	8	12	20
7	Взаимодействие в группе, с партнёром. Танцевальный рисунок.	В течение года	6	14	20
8	Постановочная работа.	В течение года	6	30	36
9	Итоговое занятие.		-	2	2
10	Итого:		42	102	144

### ***Содержание программы 3-ого года обучения.***

- *музыкальная грамота*: нюансы; соло; прелюдия; реприза; тремоло; синкопа; кода; финал;

- *партерная гимнастика*: упражнения для стопы (окно, барабанчик, ходьба на пятках);

- упражнения для правильного согласования положений таза, позвоночного столба, головы, плечевого пояса и рук, ног, стопы и коленного сустава; напряжение и расслабление мышц тела; укрепление мышц брюшного пресса; улучшение гибкости позвоночника; *battement* из разных положений лежа); полумостик с подъемом;

- «пластинка»;
- упражнения для развития выворотности ног;
- растяжка, гибкость;
- *ритмические упражнения*: упражнения, включающие различные темповые паузы;
- *хореографическая лексика*: *croise, effacee, ronds de iambes, attitude, arabesques, ecarte, pas de bourre, coupe, passe, pas assemble, sissonne, pas ballonne, pas balance; pas jete*; положения en dehors, en dedans; pas glissade; туры вальса по кругу; pas полонеза с усложненным рисунком;
- *народно-характерный танец*: позиции ног, рук; движения кисти; характерные battement tendu; упражнения на выстукивания; вращательные движения; голубцы; присядки;
- «трюки»; навык работы с предметом;
- *элементы национальных танцев*;
- *композиционные перестроения*: перестроение колонны в одну, в две; парное перестроение колонны в одну, в две; перестроение с диагональным переходом и обратно; переходы в круг и обратно в колонны и линии; перестроения в обратной последовательности; перестроения, исполняемые заданным танцевальным шагом;
- работа в паре, в тройке; положение головы, рук, корпуса, ног;
- постановочная практика;
- импровизационная практика;
- *итоговые занятия*;
- *концертная деятельность*.

### **Ожидаемые результаты 3-ого года обучения.**

- способность передачи средствами хореографической лексики и пластической выразительности драматургический смысл музыкального произведения в рамках постановочного материала хореографического номера;
- способность передавать в пластике музыкальный образ, используя имитационные, импровизационные исполнительские средства;
- ориентация в любом сценическом пространстве, соблюдая нужную композиционную структуру хореографического номера;
- способность самостоятельно начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом музыкальной фразы;
- способность корректно взаимодействовать с партнерами на сценической площадке;
- выполнение ритмических композиций на любой предложенный музыкальный материал;
- соблюдение и удержание исполнительской манеры и стиля в разнообразных постановочных композициях;
- получение представлений о значимости музыкально-хореографического искусства, как в мире, так и в жизни каждого человека;
- привитие навыков осознанного движения под музыку;
- развитие музыкально-координационных способностей;

- развитие чувства ритма, внимания, согласованного действия в паре и группе;
- знание базовых основ музыкальной и хореографической дисциплин;
- способность к импровизационной музыкально-двигательной активности;
- привитие сценического исполнительского стиля;
- знание основных видов бальных танцев;
- знание базовых фигур основных бальных танцев;
- умение точно и выразительно исполнять основные движения основных бальных танцев;
- умение создавать композиции из базовых фигур;
- формирование правильной осанки и походки;
- формирование навыка свободно ориентироваться в сценическом пространстве;
- развитие культуры общения с окружающими;
- воспитание потребности в творческом самовыражении, чувстве коллективизма, сотрудничества, взаимопомощи и дружбы;
- привитие интереса к здоровому образу жизни;
- воспитание ценностного отношения к красоте, любви к искусству и творчеству.