

Департамент образования  
Администрации г. Екатеринбурга  
Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования



Дом  
Детства и  
Юношества

Рассмотрено и рекомендовано к утверждению  
Методическим советом

Протокол № 9 от 19.06.2024



УТВЕРЖДАЮ:

и.о. директора МАУ ДО –

Дом детства и юношества

Г.В.Серебренникова

Приказ № 38 от 21.06.2024

## Хореография плюс

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
*художественной направленности*

Срок реализации программы 2 года  
Возраст обучающихся 7-9 лет

**Разработчик:**

Пахнутова А.А.,

педагог дополнительного  
образования

г. Екатеринбург, 2024 год

# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1. Пояснительная записка

Одним из приоритетных направлений российской образовательной политики является развитие дополнительного образования, предоставляющее детям свободный выбор различных сфер деятельности в соответствии с их интересами и потребностями и способствующее творческому развитию их дарований и способностей. Сегодня открылись широкие возможности для духовного, физического, психического и социального развития детей. Ребенок, подросток должен иметь возможность осмотреться в окружающем мире, в его бесконечном многообразии и попробовать «примерять на себя» не только возможные социальные роли, но и найти свой путь самовыражения, для развития творческих задатков.

Программа художественной направленности **«Хореография плюс»** обусловлена потребностями современного общества в здоровом образе жизни и двигательной активности. Посредством занятий в хореографическом коллективе дети приобщаются к искусству танца, развивают творческие возможности, ощущают самодостаточность, самооценку личности, учатся жить в единстве и гармонии с другими людьми, искусством, обществом. Сотрудничество и взаимодействие детей, педагогов и родителей, осуществляемое через многообразные формы общения.

**Программа «Хореография плюс» актуальна, так как:**

**1) разработана в соответствии** со следующими современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами, а также локальными нормативными актами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (далее – Закон об образовании).
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Принято Правительством РФ 31.03.2022 №678-р).
- Стратегия воспитания в РФ до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (вступает в силу с 1 марта 2023 года);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Минобрнауки России от 18 ноября 2015 №09-3242;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
- Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования Свердловской области, Приказ ГАНУО СО «Дворец молодежи» № 136-д от 26.02.2021
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области №219-д от 04.03.2022 «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденных приказом ГАНУО СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 №934-д4;
- Устав МАУ ДО – ДДиЮ;
- Программа развития МАУ ДО – ДДиЮ на 2022 – 2025 гг.

**2) актуальна, так как отвечает региональным социально-экономическим потребностям** и особенностям образовательного пространства Екатеринбурга, способствуя решению проблемы обеспечения каждому ребенку возможности максимально полного раскрытия его творческого потенциала, а также значительного социального запроса на выступления юных танцоров на концертных площадках при проведении мероприятий различного уровня

**3) отвечает потребностям родителей** в доступном, бесплатном, профессионально организованном и содержательном досуге их детей, в творческом и личностном развитии подростков, а также **потребностям детей** в творческом самовыражении посредством исполнения хореографических композиций и выступлений на сцене.

Дополнительная образовательная программа «Хореография плюс» является модифицированной и разработана на основе программы Жуковой В.П. «Развитие ребенка средствами хореографии: учебная программа»,

Объединение Дворец Молодежи-Екатеринбург, 2009 г. **Отличительной особенностью** программы «Хореография плюс» является объединение нескольких направлений хореографии: классического, современного танца, а также элементов актерского мастерства, что позволяет педагогам знакомить учащихся с различными видами хореографического искусства, а также шире использовать свои знания и возможности для развития творческих способностей детей, выделив их индивидуальность, склонность к различным видам хореографии.

В основу программы положены следующие **дидактические принципы обучения и воспитания**: принцип адаптивности; принцип творческого развития; принцип психологической комфортности; принцип успешности; принцип доступности; принцип индивидуального подхода.

**Адресат программы** – дети в возрасте 7 – 9 лет без предъявления требований к уровню подготовки и способностям, при отсутствии медицинских противопоказаний. **Психофизиологические особенности детей младшего школьного возраста**: младший школьный возраст наиболее благоприятен для развития физических способностей - скоростных и координационных, а также способностей длительно выполнять циклические действия в режимах умеренной и большой интенсивности. В данном возрасте у детей начинают формироваться интересы и склонности к определенным видам физической и творческой деятельности, потребность в самоутверждении, в том числе, средствами танца. На первое место выдвигаются мотивы, связанные с общением, с одобрением со стороны взрослых, со стремлением быть «не хуже других». Образовательный процесс строится в соответствии с этими возрастными физиологическими и психологическими особенностями детей, что предполагает возможность и необходимость корректировки режима занятий.

**Режим занятий.** Дети занимаются по 2 часа (1 академический час для детей 7 и 8 лет равен 45 мин.) 2 раза в неделю. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут. Общее количество часов в неделю – 4. Количество детей в группе – до 15 человек.

**Срок освоения программы: 2 учебных года, 72 недели.**

**Объем программы – 144 часа/36 недель в год; общий объём – 288 часов.**

**Особенности организации образовательного процесса** - традиционная модель, представляющая собой линейную последовательность освоения содержания.

**Перечень форм обучения:** очная; в условиях временных ограничений – с использованием дистанционных технологий.

**Перечень форм организации занятий:** фронтальная групповая, в малых группах.

**Перечень видов занятий:** практическое занятие, беседа, открытое занятие, концерт, отчетный концерт.

**Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы «Хореография плюс»:** открытые занятия, показательные выступления перед родителями. В конце учебного года проводится отчетное занятие.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы** – развитие личностных, физических и творческих способностей детей через освоение основ хореографического искусства.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- обучать основам хореографии классического и современного танцев в соответствии с программой разных годов обучения;
- приобщать обучающихся к достоянию культуры путем ознакомления с историей возникновения и развития танца;
- знакомить с техническими приёмами танцоров разного стиля;
- обучать элементам актерской техники, необходимой в хореографии.

**Развивающие:**

- развивать способности передавать посредством танца определенное образно-эмоциональное состояние;
- развивать компетенции самоконтроля, самовоспитания, самодисциплины, саморазвития;
- развивать исполнительские качества и навыки, необходимые танцовщику для работы над хореографическим произведением любого жанра и стиля.

**Воспитательные:**

- воспитывать потребность в здоровом образе жизни и систематических занятиях танцем; содействовать правильному физическому развитию организма детей;
- формировать у детей такие ценные качества личности, как адаптивность, инициативность, креативность, общительность, трудолюбие, честность, ответственность, скромность;
- пробуждать интерес к профессии хореографа.

Учебно-воспитательный процесс в коллективе строится согласно **дидактических принципов:**

- строгая последовательность в овладении танцевальной лексикой и техническими приемами танца;
- систематичность и регулярность занятий, обеспечивающих постепенность в развитии природных данных и способностей учащихся;
- доступность в овладении техническими приемами;
- комплексность средств воздействия;

Такая организация учебного процесса дает возможность участникам коллектива не только овладеть основами хореографии, но и углубить их знания в этой области, сделав их всесторонними, связав танец с широким кругом явлений искусства и жизни.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный (тематический) план

##### I год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Общее количество часов	В том числе		Формы подведения итогов по теме или разделу
			Теория (час)	Практика (час)	
<b>I</b>	<b>Элементы экзерсиса классического танца</b>	<b>22</b>	<b>5</b>	<b>17</b>	Опрос, открытое занятие
1.1	Организационное занятие	1	1	-	
1.2	Партерный экзерсис	6	1	5	
1.3	Изучение элементов классического экзерсиса у палки	8	1	7	
1.4	Изучение элементов классического экзерсиса на середине зала	4	1	3	
1.5	Прыжки	3	1	2	
<b>II</b>	<b>Элементы и движения танца «модерн»</b>	<b>20</b>	<b>2,5</b>	<b>17,5</b>	Открытое занятие

2.1	Основные понятия танца «модерн». Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей	9	1	8	
2.2	Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды	9	1	8	
2.3	Импровизация обучающихся	2	0,5	1,5	
<b>III</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	Открытое занятие
<b>IV</b>	<b>Постановка танцевальных номеров и репетиционный процесс</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	Отчетный концерт, открытое занятие
<b>V</b>	<b>Концертная деятельность</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	Концерты, конкурсы
<b>VI</b>	<b>Культурно-просветительская и проектная деятельность</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	Наблюдение, собеседования
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>7,5</b>	<b>64,5</b>	

## Содержание программы (первый год обучения)

### I. Элементы экзерсиса классического танца

#### *Тема 1.1. Организационное занятие*

Теория:

Цели и задачи обучения. Перспектива обучения. План концертной деятельности. Перспективный план занятий. Режим занятий, расписание. Техника безопасности.

Практика:

Комплектование групп. Знакомство с новичками. Беседа с родителями и детьми о целях, задачах, требованиях обучения. Выбор родительского комитета. Обсуждение и решение коллективных задач: оформление и оборудование класса, подготовка костюмов к концертам, организация культурных мероприятий.

#### *Тема 1.2. Партерный экзерсис*

Теория:

Понятие «партерный экзерсис» и «выворотность», «натяннутость стоп».

Практика:

Упражнения для развития мышц и подвижности суставов, подвижности и натянутости стоп. Развитие выворотности в тазобедренном и коленном суставах. Укрепление мышц живота и спины. Растяжки и шпагаты

### ***Тема 1.3. Изучение элементов классического экзерсиса у палки***

Теория:

Знакомство с понятием «экзерсис». Знакомство с элементарной анатомией: тазобедренный сустав и его подвижности, коленный сустав, голеностопный сустав.

Практика:

Разучивание поклона. Знакомство с и п. – «лицом к палке». Положение рук на палке. Правильная постановка корпуса. Проучивание позиций ног. Положение стоп «полупальцы». Лицом к станку:

- Demi plie по I, II, III, V позициям
- Battement tendu по I, III позиция в сторону, вперед, назад
- Battement tendu jete по I позиции
- releve по I, II, III, позициям
- Battement releve lent на 45 в сторону

### ***Тема 1.4. Изучение элементов классического экзерсиса на середине зала***

Теория: изучение позиций рук: I, II, III, подготовительная; поза en face

Практика: Изучение элементов у станка стоя на середине. Движение рук через I, II, III, позицию. Поза en face. I port de bras в позе en face.

### ***Тема 1.5. Прыжки***

Теория: понятие pas sauté. Правила исполнения прыжков

Практика: Pas sauté по I, II, III, IV позициям. Прыжки с прямыми и согнутыми ногами, с поворотом, по IV позициям стоя на месте.

## **II. Элементы и движения танца «модерн»**

### ***Тема 2.1. Основные понятия танца «модерн» Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей.***

Теория:

Основные понятия танца «модерн» - «центр», «гравитация», «контракция», «арч».

Практика:

Упражнения включающие понятия «центр», «гравитация». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела. Упражнение на дыхание. Упражнения на развитие подвижности стопы. Упражнения для рук. Упражнения на середине зала стоя, сидя, лежа. Изучение и отработка позиций и положений рук, ног, головы, корпуса. Танцевальные шаги. Прыжки.

### ***Тема 2.2. Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды***

Теория:

Понятие «танцевальная комбинация», «развернутый этюд»

Практика:

Развитие движения: полупальцы, полуповороты на месте, по VI, III позициям ног, смена ракурса продвижения, смена ритма, смена рисунка продвижения (круг, линия, колонна). Сложность темы состоит в том, что в построении этюда, комбинации необходимо учитывать способность и опытность обучающихся. Ввод новых элементов происходит постепенно и плавно.

### ***Тема 2.3. Импровизация обучающихся***

Теория:

Понятие «импровизация»

Практика:

Импровизация в форме игры. Эмоционально окрашенное движение в пространстве. Танец под музыку и без музыкального сопровождения.

### **III. Общая физическая подготовка**

Практика:

Упражнения по кругу, общая гимнастика. Укрепление мышц стопы, живота, рук, ног. Выворотность, растяжка

### **IV. Постановка танцевальных номеров и репетиционный процесс**

Теория:

Основа танца. Задачи коллектива в целом. Учет возрастных особенностей обучаемых. Правила поведения на сценической площадке. Организация и подготовка к выступлению.

Практика:

Выученные элементы базового уровня обучения. Эмоциональная отзывчивость, творческая активность детей. Индивидуальные и сводные репетиции концертных номеров. Освоение заданного сценического пространства. Подготовка коллектива к выступлениям.

### **V. Концертная деятельность**

Подготовка и проведение открытых уроков. Участие в отчетном концерте, в новогоднем представлении и в концертах посвященных различным праздникам. Участие в конкурсах и фестивалях.

### **VI. Культурно-просветительская и проектная деятельность**

Участие в проекте «С любовью, Юнона». Просмотр видеозаписей концертов и конкурсов. Анализ увиденного материала, работа над ошибками. Коллективный просмотр спектаклей, концертов, арт-мастерских, творческие сочинения на тему увиденного и коллективное обсуждение: «Что понравилось и не понравилось?», «Почему?», посещение мастер-классов.

## Учебный (тематический) план

### II год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Общее количество часов	В том числе		Формы подведения итогов по теме или разделу
			Теория (час)	Практика (час)	
<b>I</b>	<b>Элементы классического танца</b>	<b>22</b>	<b>3</b>	<b>19</b>	Опрос, открытое занятие
1.1	Организационное занятие	1	1	-	
1.2	Изучение элементов классического экзерсиса у палки	10	1	9	
1.3	Изучение элементов классического экзерсиса на середине зала	7	1	6	
1.4	Прыжки	4	-	4	
<b>II</b>	<b>Элементы и движения танца «модерн»</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>19</b>	Открытое занятие
2.1	Основные понятия танца «Модерн»	12	1	11	
2.2	Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей	6	-	6	
2.3	Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды Импровизация обучающихся	2	-	2	
<b>IV</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	Открытое занятие
<b>V</b>	<b>Постановка танцевальных номеров и репетиционный процесс</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	Отчетный концерт, открытое занятие
<b>VI</b>	<b>Концертная деятельность</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	Концерты, конкурсы
<b>VII</b>	<b>Культурно-</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	Наблюдение

	<b>просветительская и проектная деятельность</b>				ние, собеседования
	<b>Итого</b>	72	7	65	

## Содержание программы (второй год обучения)

### I. Элементы экзерсиса классического танца

#### *Тема 1.1. Организационное занятие*

Теория:

Цели и задачи на учебный год. Требования к обучающимся. Перспективный план учебных занятий, репетиций постановок, концертной деятельности. Знакомство с новичками. Режим занятий, расписание. Инструктаж по технике безопасности.

#### *Тема 1.2. Изучение элементов классического экзерсиса у палки.*

Теория:

Понятия: «battement frappe», «battement fondu», « battement releve lent », «grand battement jete».

Практика:

Повторяются все изученные движения экзерсиса в различных сочетаниях. Темп движений нарастает (М.Р. 2/4, 3/4). Координация движений усложняется. Новые движения вводятся постепенно

- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans (сначала с фиксацией точек, затем слитно)
- Battement frappe – сначала с акцентом удара на sou-de-pied и носком в пол
- Battement fondu – носком в пол
- Battement releve lent – на 90
- Grand battement jete
- Разучивание комбинаций у станка

#### *Тема 1.3. Изучение элементов классического экзерсиса на середине зала*

Теория:

Понятия: «arabesque», «por de bras», « temps lie par terre »

Практика:

- Battement releve lent – на 45
- Поза II arabesque
- III por de bras
- Temps lie par terre – вперед и назад

Исполнение комбинаций, состоящих из движений и поз классического танца для развития техники исполнения, выразительности.

### ***Тема 1.4. Прыжки***

Теория:

Понятия: «pas echarpe», «pas assemble»

Практика:

— Pas echarpe по II позиции

— Pas assemble в сторону

Прыжки проучиваются медленно, с фиксацией поз. Исполнение прыжков в комбинации друг с другом, с подъемом на полупальцы.

## **II. Элементы и движения танца «модерн»**

### ***Тема 2.1. Основные понятия танца «Модерн». Упражнения на развитие специфических танцевальных, физических способностей***

Теория:

Понятия «баланс», «релаксация», «спираль», «curve», «arch», «roll», «flat back».

Практика:

Упражнения, включающие понятия «центр» и «спираль». Упражнения на развитие равновесия в статичных положениях тела, в динамике. Упражнение на дыхание. Упражнения на развитие подвижности стопы, рук. Упражнения для рук. Упражнения на середине зала стоя, сидя, лежа. Изучение и отработка позиций и положений рук, ног, головы, корпуса. Cross: танцевальные шаги (сочетание различных движений в продвижении вперед, в сторону). Вспомогательные динамические движения и связующие шаги: «gegage», «glissade», «step boll change», «pas failli», «renverse». Основные прыжки классического танца в сочетании с руками, корпусом и параллельными позициями ног.

### ***Тема 2.2. Танцевальные комбинации, развернутые композиции, этюды***

Практика:

Закрепление навыков и умений полученных ранее. Нарботка свободной техники исполнения упражнений и комбинаций. Четкое понимание «что танцуешь», а главное «как». Закрепление особенностей техники исполнения танца модерн в развернутых комбинациях: bottement tandus, port de bras, adagio

### ***Тема 2.3. Импровизация обучающихся***

Практика:

Целенаправленный характер импровизаций, отражение эмоционального состояния по заданию. Коллективный танец. Контактный танец.

## **III. Общая физическая подготовка**

Практика:

Упражнения по кругу, стоя на месте. Общеразвивающие упражнения сидя и лежа на полу, укрепление мышц стопы, живота, рук, ног. Развитие выворотности, растяжка. Прыжки. Постепенное увеличение физической нагрузки. Ускорение темпа урока. Усложнение упражнений с учетом достигнутых результатов.

#### **IV. Постановка танцевальных номеров и репетиционный процесс**

Практика:

Индивидуальная работа с исполнителями. Разучивание движений и отработка элементов с солистами. Разучивание движений и отработка элементов с группами исполнителей. Индивидуальные и сводные репетиции концертных номеров. Освоение заданного сценического пространства. Подготовка коллектива к выступлениям.

#### **V. Концертная деятельность**

Подготовка и проведение открытых уроков. Участие в отчетном концерте, в концертах посвященных различным праздникам. Участие в конкурсах районного, городского, областного, Всероссийского и Международного уровней.

#### **VI. Культурно-просветительская и проектная деятельность**

Теория:

Проведение бесед о значении танца в жизни отдельного человека и всего человечества в целом, ценности и значении здорового образа жизни, необходимости сочувствия к ближнему.

Практика:

Посещение домов престарелых, детских домов, оказание благотворительной помощи нуждающимся. Просмотр спектаклей, конкурсов, видео лекций, обсуждение увиденного и услышанного. Посещение открытых занятий студентов института танца, приезжих педагогов, участие в мастер-классах ведущих педагогов страны. Проведение мероприятий внутри коллектива («Новый год», «8 Марта», «День Победы», «Международный день танца»), подготовка и проведение игр, эстафет, конкурсов, чаепития для детей коллектива и их родителей. Субботники – привитие бережного отношения к залу и его инвентарю, к костюмам, к чистоте вокруг нас.

### **1.4. Планируемые результаты реализации образовательной программы**

#### ***Предметные:***

- владеет основам хореографии классического и современного танцев в соответствии с программой своего года обучения;
- интересуется танцем как достоянием культуры;

- знаком с техническими приёмами танцоров разных стилей;
- владеет элементами актерской техники, необходимыми в танцевальных постановках.

**Метапредметные:**

- проявляет способность передавать посредством танца определенное образно-эмоциональное состояние;
- развиты в соответствии с возрастом компетенции самоконтроля, самовоспитания, самодисциплины, саморазвития;
- развиты в соответствии с возрастом исполнительские качества и навыки, необходимые танцовщику для работы над хореографическим произведением любого жанра и стиля.

**Личностные:**

- выражена потребность в здоровом образе жизни и систематических занятиях танцем;
- присутствуют адаптивность, инициативность, креативность, общительность, трудолюбие, честность, ответственность, скромность;
- проявляется интерес к профессии хореографа.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

#### 1 год обучения

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	36
2	Количество учебных дней	72
3	Количество часов в неделю	4
4	Количество часов	144
5	Выходные дни	31.12 – 09.01
6	Каникулы	Образовательная деятельность в ДДиЮ осуществляется и в период осенних и весенних школьных каникул

#### 2 год обучения

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	36

2	Количество учебных дней	72
3	Количество часов в неделю	4
4	Количество часов	144
5	Выходные дни	31.12 – 09.01
6	Каникулы	<i>Образовательная деятельность в ДДиЮ осуществляется и в период осенних и весенних школьных каникул</i>

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение программы:

- Кабинет хореографии.
- Станок
- Зеркала
- Музыкальный центр
- Гимнастические коврики - 24 шт.
- Утяжелители 0,5 кг - 20 пар
- Скакалки - 15 шт.
- Диски, флэш карты
- Костюмы
- Реквизит для хореографических постановок

### Кадровое обеспечение:

Реализовать программу по модулю «Хореография» может педагог дополнительного образования, имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по специальности «хореография», владеющей навыками преподавания классического, современного и эстрадного танца.

### Методическое обеспечение:

#### Основные методы обучения:

- *Методы визуального и аудиального восприятия*, которые способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению

программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений и связок, демонстрацию мастер-классов в формате видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию визуальной и музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

- **Игровой метод** используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах здорового соперничества детей между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

- **Метод использования слова** (вербальный) — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку,
- рассказ,
- беседа, обсуждение

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих учащихся:

• **Метод целостного освоения упражнений** и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

• *Ступенчатый метод* широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Создание ситуации успеха поддерживается применением **технологии проектной деятельности и личностно-ориентированного обучения**, позволяющими максимально реализовать личностный и творческий потенциал каждому обучающемуся.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

**Воспитательная часть программы** реализуется следующим образом:

1. Беседы о требованиях, предъявляемых к обучающимся (техника безопасности, правила поведения в танцевальном зале, транспорте, общественных мероприятиях, требования к обучающему процессу).
2. Тематические беседы о хореографии и мастерстве танцора.
3. Посещение родителями открытых уроков и концертов.
4. Индивидуальные консультации с детьми и родителями.
5. Родительские собрания.
6. Совместные мероприятия детей и родителей, посещение мастер-классов, концертов хореографических коллективов
7. Участие в благотворительных концертах, посещение с концертами социальных учреждений.

### ***Информационное обеспечение***

Важным условием для получения результатов является применение:

- Аудиозаписей для разминки;
- Аудиозаписей для музыкального сопровождения номеров;
- Видеоматериалов с выступлениями хореографических коллективов, методикой исполнения движений;

- Создание и администрирование интернет сообщества студии (группа ВКонтакте, WhatsApp), в которых происходит обсуждение актуальных вопросов, публикация фото и видеоматериалов с выступлений студии, видео мастер-классы.

Электронные ресурсы с материалами по хореографии:  
<https://www.livelib.ru/selection/793549-v-pomosch-horeografu>

<http://dancewow.ru/films/russkie-tanetsi>

<http://lessons-pv.ru/tanci-813.html>

### **3.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

#### ***Формы контроля:***

- отчетный концерт;
- участие в конкурсах разных уровней;
- зачетные мероприятия по стретчингу и ОФП;
- открытые занятия для родителей.

Оценочные материалы, позволяющие оценить уровень освоения программы, представлены в Приложении: «Карта развития физических данных», «Карта диагностики уровня развития универсальных профессионально значимых качеств», «Сводная карта освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (предметная компетентность)»

## Список литературы

*Нормативно-правовая литература представлена в Пояснительной записке*

### **Психолого - педагогическая литература:**

1. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. - СПб.: Питер, 2018. - 317 с.
2. Борытко, Н.М. Педагогика / Н.М. Борытко. - М.: Academia, 2017. - 352 с.
3. Голованов, В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования - В.П. Голованов. - М.: Юрайт, 2018.- 282 с.
4. Корчак, Я. Несерьезная педагогика / Я.Корчак. - М.: Самокат, 2019. - 256 с.
5. Лоренц, Д.В. Креативная педагогика: Учебно-методическое пособие / Д.В. Лоренц. - М.: Инфра-М, 2018. - 252 с.
6. Патрушева И. В. Психология и педагогика игры / И.В. Патрушева. - М.: Юрайт, 2019. - 130 с.
7. Педагогика дополнительного образования. Психолого-педагогическое сопровождение детей / ред. Байбородова Л. В. - М.: Юрайт, 2019. 364 с.
8. Столяренко, Л.Д. Психология и педагогика / Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин. – Рн/Д: Феникс, 2019. - 687 с.
9. Суртаева, Н. Н. Педагогика. Педагогические технологии / Н.Н. Суртаева.- М.: Юрайт, 2019. - 250 с.
10. Хуторской, А.В. Педагогика / А.В. Хуторской. - СПб.: Питер, 2019. - 312 с.

### **Специальная литература:**

1. Бабакин, Б.С. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа / Б. С. Бабакин, А. Э. Суслов, Ю. А. и др. - СПб.: Планета Музыки, 2018. - 128 с.
2. Бакланова, Т.И. Педагогика современного танца/ Т.И. Бакланова.- М.: Планета музыки, 2019. 160 с.
3. Бахто, С.Е. Ритмика и танец / С.Е. Бахто. - М.: - Владос. 2018.-187 с.

4. Есаулов, И.Г. Педагогика и репетиторство в современной хореографии / И.Г. Есаулов. - СПб.: Планета Музыки, 2019. - 256 с.
5. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца / Д. Зайфферт. - СПб.: Лань, 2017. - 141 с.

#### **Литература для родителей:**

1. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и танцы». - М.: ВАКО, 2018.- 204 с.
2. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения.- Ярославль, 2019. – 164 с.
3. Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать. - М.: Владос, 2018. – 112 с.
4. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание». -М.: Просвещение, 2017. – 186 с.
5. Фрилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. - С.-П.: Детство-пресс, 2018. – 134 с.

#### **Литература, рекомендуемая обучающимся:**

1. Журналы «Искусство ». Подшивка за 2008-2021 гг.
2. Журналы «Балет». Подшивка за 2000-2021 гг.
3. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М. «Искусство»,2016
4. Видеоматериалы концертов, выступлений танцевальных коллективов.

#### **Рекомендуемые сайты:**

1. <http://www.horeograf.com/page/35>
2. <https://infourok.ru/drugoe.html>
3. <https://www.youtube.com/user/DANCEHELP>
4. <https://www.livelib.ru/selection/793549-v-pomosch-horeografu>
5. <http://dancewow.ru/films/russkie-tanetsi>
6. <http://lessons-pv.ru/tanci-813.html>

## Приложение

### Карта развития физических данных (по 5-балльной шкале)

ФИ ребенка \_\_\_\_\_

возраст \_\_\_\_\_

группа \_\_\_\_\_

№	упражнение	показатели			примечание
		сентябрь	декабрь	май	
1.	Прыжок с места				
2.	Пресс (30 сек)				
3.	Шпагат: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Правый</li> <li>• Левый</li> <li>• Поперечный</li> </ul>				
4.	«Мостик» <ul style="list-style-type: none"> <li>• Высота</li> <li>• Расстояние от рук до ног</li> </ul>				
5.	Отжим от пола				
6.	Стопа				
7.	Ахилл				
8.	«Бабочка»				
9.	«Французская лягушка»				
10.	«Коробочка»				
11.	Подвижность плечевого сустава: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ширина по скакалке</li> <li>• Угол наклона</li> </ul>				
12.	Скакалка (30 сек)				
13.	Наклон вперед до пола				
14.	Наклоны в сторону с палкой				

## Карта диагностики уровня развития универсальных профессионально значимых качеств обучающихся

Ф.И. обучающегося	Усвоение социальных норм и правил	Способность к конструктивному взаимодействию	Ориентация на успех	Трудолюбие	Личная организованность	Ответственность	Самоконтроль результатов личной деятельности	Инициативность	Овладение необходимыми трудовыми предметными навыками	Установка на ЗОЖ	Средний балл
1.											
2.											

### Оценочная шкала:

1балл – исходный уровень (качество выражено крайне слабо);

2балла – базовый уровень (качество проявляется от случая к случаю);

3балла – оптимальный уровень (качество присутствует);

4балла – продвинутый уровень (качество развито).

## Сводная карта освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (предметная компетентность)

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Показатели	Уровень теоретической подготовки	Уровень практической подготовки	Уровень освоения дополнительной образовательной программы
			А	Б	В баллах (А+Б):2
1					
2					

Оценочная шкала: 1 балл – исходный уровень (качество выражено крайне слабо); 2 балла – базовый уровень (качество проявляется от случая к случаю); 3 балла – оптимальный уровень (качество присутствует).

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968226

Владелец Белых Ольга Владимировна

Действителен с 15.10.2025 по 15.10.2026