Департамент образования Администрации городского округа Самара
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Искра»
городского округа Самара

DN: C=RU, O="МБУ ДО ЦДОД ""Искра"" г.о. Самара", CN=Плотникова Т.Ю., E=cdod.samara@mail.ru
Местоположение: 00e77270dfa916ff0d
Дата: 2026.08.03 14:55:24+04'00'

Принята на заседании
педагогического совета
от 03 августа 2026 г.
Протокол № 4

Утверждаю:
Директор МБУ ДО
ЦДОД «Искра» г.о. Самара
_____Плотникова Т.Ю.

Приказ № 306-од 03 августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Эстрадный танец»

Возраст обучающихся - 7-14 лет
Срок реализации – 5 лет

Разработчик:
Червина Ольга Александровна
педагог дополнительного образования

Самара
Год редакции – 2026 г.

1.1 Пояснительная записка

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Она, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного и физического развития. Это в свою очередь подтверждает, что у ребенка будут гармонично развиваться творческие способности, совершенствуя детское творчество. Танец, являясь источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа».

Эстрадный танец – это направление, которое включает в себя элементы самых разнообразных стилей и направлений, например, начиная с классического балета, народного танца, чечетки и заканчивая хип-хопом, фанком и другими направлениями.

Эстрадный танец представляет собой хореографический номер, который предназначен для исполнения перед зрителями, может являться частью концерта.

К основным особенностям эстрадного танца относятся:

- четкая драматургическая основа;
- лаконичность;
- разнообразие средств хореографической выразительности;
- содержание элементов неожиданности в характере исполнения или в постановочных решениях.

Каждый номер обладает следующими составными частями – экспозицией, завязкой, кульминацией действия, развязкой, идеей, связывающей его воедино. Особенностью таких выступлений также является использование выразительных хореографических или танцевально-

игровых приемов.

Эстрадный танец как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Эстрадный танец обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце

находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога–помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

В современном мире, когда быстро меняются условия и потребности жизни, много всевозможной информации, в которой нужно уметь быстро ориентироваться и делать правильный выбор ребенок, порой, остается наедине с собой. Современные дети малоподвижны, многие из них страдают ожирением, часами сидят за компьютером. Чтобы ребенок был здоровым ему нужно двигаться, физически себя нагружать, выплескивать свои эмоциональные переживания или радости, раскрепощаться. В этом ему могут помочь занятия хореографией, которые способствуют расти и развиваться ребенку, улучшают его физическое и умственное здоровье. Современный эстрадный танец помогает им стать активной, разносторонне развитой личностью, что в современном обществе очень важно.

Направленность: художественная.

Актуальность программы заключается в соответствии современным социальным запросам детей и их родителей:

– программа дает знания, умения, навыки танцевального искусства;

– социальной адаптации ребенка, развитии способностей к самостоятельному выбору жизненных возможностей.

Новизна программы заключается в том, что в процессе обучения используются авторские движения, комбинации и танцы педагога, который в свою очередь активно привлекает учащихся к придумыванию сюжетов

танца, названию, к созданию костюмов.

Основной принцип в работе: постепенность в развитии природных данных ребенка, строгая последовательность во владении лексикой и техническими приемами, целенаправленность учебного процесса.

В основе всех занятий лежит *идея социально-педагогического взаимодействия*. Ребенок рассматривается педагогом как художник обладающий своим стилем исполнения, окрашивающий танец в свои тона. Нельзя допускать слепого копирования «с себя» - с педагога. Хореографический образ должен всегда обогащаться самовыражением творческой личности самого учащегося.

Для этого педагог использует определенные методы.

Наглядный метод включает в себя приемы:

1. образный показ педагога;
2. наглядно-зрительный показ;
3. показ движения лучшим исполнителем–учащимся;
4. подражание различным художественным образам;
5. использование наглядных пособий.

Метод объяснения состоит из приемов:

1. рассказ;
2. беседа;
3. анализ и обсуждение;
4. комментарий педагога по ходу исполнения танца;
5. раскладка хореографического «па».

Практический метод:

1. игровой прием;
2. актерские пятиминутки;
3. соревновательный прием;
4. использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
5. сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;

6. прием пространственной ориентации;

7. хореографическая импровизация.

Большое внимание в обучении детей отводится их самостоятельной работе, в процессе которой обучающиеся осуществляют самостоятельный поиск в сочинении этюдов и творческое осмысление музыки в образах.

В ходе обучения используются и такие формы учебно-воспитательного процесса, как репетиции, участие в концертах, посещение балетных спектаклей, концертов.

Возраст учащихся:

I *год обучения* – 7-8 лет;

II *год обучения* – 8-9 лет;

III *год обучения* – 10-11 лет;

IV *год обучения*– 11-12 лет;

V *год обучения* – 12-14 лет.

Особенности организации образовательного процесса

Срок реализации программы: 5 лет

Форма обучения: очная

Форма организации образовательной деятельности: объединение

Название объединения: танцевальное объединение «Грация+».

Состав группы: постоянный

Особенности набора: свободный

Режим занятий:

1 год обучения – 144 часа – 2 раза в неделю по 2 часа.

2 год обучения – 144 часа – 2 раза в неделю по 2 часа.

3 год обучения – 216 часов – 2 раза в неделю по 3 часа.

4 год обучения – 216 часов – 2 раза в неделю по 3 часа.

5 год обучения – 216 часов – 2 раза в неделю по 3 часа.

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы: воспитание «музыкального тела», создание условий для раскрытия творческого потенциала учащихся и повышения их технического мастерства и выразительности.

Основные задачи:

Личностные:

1. Формирование доброжелательного и психологического климата в коллективе.
2. Формирование активной личности в социуме.
3. Формирование навыков здорового образа жизни.
4. Формирование специальных знаний, умений и навыков, необходимых для успешной деятельности в хореографии

Метапредметные:

1. Гармоничное развитие учащегося.
2. Развитие физических качеств учащегося.
3. Развитие координации (мышечная, двигательная, музыкально-ритмическая).
4. Развитие пространственного мышления и воображения, эмоциональной и ассоциативной памяти, внимания.
5. Развитие творческого потенциала учащегося.
6. Развитие способности творческого выполнения практической деятельности.

Образовательные:

1. Обучение видеть, анализировать и исправлять ошибки в исполнении.
2. Обучение ансамблевому и индивидуальному исполнению.
3. Обучение правилам безопасности при выполнении физических упражнений.
4. Обучение навыкам постановочной и концертной деятельности.

1.3 Содержание программы

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(первого года обучения)

№	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводный урок. Правила техники безопасности.	**2**	2	-
2.	Общие сведения о хореографии, эстрадном танце.	**2**	2	-
3.	Музыкально - ритмические упражнения	**32**	-	32
4.	Партерный экзерсис	**32**	1	31
5.	Контрольный урок	**2**	-	2
6.	Элементы и комбинации эстрадного танца	**34**	-	34
7.	Разучивание и отработка эстрадного танца	**28**	-	28
8.	Повторение пройденного материала	**10**	-	10
9.	Контрольный урок	**2**	-	2
	ИТОГО:	**144**	**5**	**139**

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(первого года обучения)

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж техники безопасности (2 часа).

Теория: знакомство с учащимися. Объяснение учащимся техники безопасности во время урока, в коридорах центра, как нужно себя вести во время концерта и за кулисами, во время чрезвычайных ситуациях (пожар, гололед, наводнение, сильный ветер).

Формы работы: беседа, объяснение, анализ и обсуждение.

Формы контроля: опрос.

Тема 2. Общие сведения о хореографии и эстрадном танце (2 часа).

Теория: рассказ учащимся что такое хореография, когда она возникла, что такое эстрадный танец, история его возникновения.

Формы работы: рассказ, беседа, обсуждение.

Формы контроля: опрос.

Тема 3. Музыкально - ритмические упражнения (32 часа)

Практика: разучивание виды шагов и ходов: танцевальный шаг с носка, шаг с пятки, шаг на полупальцах, приставной шаг, шаги на полуприседании, маршевый шаг, галоп, подскок, легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях, бег "лошадки". Движения в характере и темпе музыки (быстро- медленно громко - тихо, весело - грустно).

Различные построения и перестроения: колонна, круг, диагональ, змейка, квадрат, воротца, звездочка, перестроение из колонны в две колонны, из круга в линию, из круга в два круга. Различные ритмические выстукивания, хлопковые комбинации.

Формы работы: игровые приемы, наглядный показ, объяснение.

Формы контроля: самостоятельное исполнение.

Тема 4. Партерный экзерсис (32 часа)

Теория: основные понятия строения человека, работа мышц, правила техники безопасности на уроке.

Практика: упражнения на напряжение и расслабление мышц;

- упражнения на исправление осанки;
- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие выворотности ног, танцевального шага;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов.;
- группировка, перекаты в группировки;
- стойка на лопатках с вытянутыми ногами;
- "колечко", "корзиночка";
- "мост" из положения лежа на спине;
- три вида шпагата (поперечны, на левую и правую ногу).

Формы работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, показ - демонстрация.

Формы контроля: соревнование - игра.

Тема 5. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - зимний отчетный концерт всего коллектива.

Тема 6. Элементы и комбинации эстрадного танца (34 часа).

Практика: постановка корпуса, различные перегибы, движения рук, повороты на двух ногах из 6 позиции ног, переходы, скрестные шаги, вращения. Танцевальные комбинации на основе выученных элементов.

Формы работы: объяснение, показ - демонстрация, наглядно - зрительный показ, хореографическая импровизация.

Формы контроля: творческая работа.

Тема 7. Разучивание и отработка эстрадного танца (28 часов).

Практика: на основе выученных танцевальных комбинаций разучиваем танец. После разводки танца идет отработка качественного его исполнения.

Формы работы: объяснение, образный показ, комментарий педагога по ходу исполнения танца.

Формы контроля: практический зачет.

Тема 8. Повторение пройденного материала (10 часов).

Практика: музыкально - ритмические упражнения, упражнения партерного экзерсиса, танцевальные композиции, подготовка к контрольному уроку.

Формы работы: показ движения лучшим исполнителем–учащимся, комментарий педагога по ходу исполнения, анализ и обсуждение.

Формы контроля: зачет.

Тема 9. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - отчетный концерт всего коллектива в конце учебного года.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(второго года обучения)

№	Тема	Количество часов		
		Всего	**Теория**	**Практика**
1.	Вводный урок. Правила техники безопасности.	**2**	2	
2.	Общие сведения о классификации в хореографии и эстрадном танце.	**2**	2	
3.	Повторение пройденного материала первого года обучения.	**2**		2
4.	Музыкально - ритмические упражнения.	**18**		18
5.	Партерная гимнастика и основные элементы акробатики.	**28**	1	27
6.	Элементы классического танца.	**22**	1	21
7.	Контрольный урок	**2**		2
8.	Элементы и комбинации эстрадного танца	**30**		30
9.	Разучивание и отработка эстрадного танца	**30**		30
10.	Повторение пройденного материала	**6**		6
11.	Контрольный урок	**2**		2
	Всего	**144**	**6**	**138**

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(второго года обучения)

Тема 1. Вводный урок. Техника безопасности (2 часа).

Теория: встреча с детьми, повторение знаний о технике безопасности во время занятий. в коридоре центра, во время концерта и за кулисами. Поведение и действия во время чрезвычайных ситуациях.

Формы работы: беседа, анализ и обсуждение.

Формы контроля: опрос.

Тема 2. Общие сведения о классификации в хореографии и эстрадном танце (2 часа).

Теория: классификация хореографии: стили, формы и содержание. Разделы: народный танец, бытовой или бальный танец, классический балет.

Разновидности эстрадного танца: акробатический танец, классический танец, сюжетно - характерный танец, народный танец, массовые танцы, ритмические танцы.

Формы работы: рассказ, беседа, анализ и обсуждение.

Формы контроля: опрос.

***Тема 3. Повторение пройденного материала первого года обучения (2 часа)*.**

Практика: музыкально - ритмические упражнения, упражнения партерного экзерсиса, танцевальные композиции, подготовка к контрольному уроку.

Формы работы: показ движения лучшим исполнителем–учащимся, комментарий педагога по ходу исполнения, анализ и обсуждение.

Формы контроля: зачет.

Тема 4. Музыкально - ритмические упражнения (18 часов).

Практика: игры под пение (хороводы, инсценирование песен), пальчиковая гимнастика, слушание музыки, различие темпа и характера музыки, парные танцы, усложнение построений и перестроений.

Формы работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, показ - демонстрация.

Формы контроля: зачет.

Тема 5. Партерная гимнастика и основные элементы акробатики (28 часов).

Теория: определенные правила при выполнении акробатических элементов.

Практика: упражнения на растяжку, упражнения для укрепления спины, укрепление мышц брюшного пресса, развитие подвижности голеностопного, коленного,

тазобедренного суставов, упражнения на развитие выворотности ног, танцевального шага. Акробатические элементы: кувырок вперед и назад, «мост" из положения стоя, перекат на животе, «колесо" с право и левой ноги, стойка на руках около опоры.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, показ -

демонстрация, показ движения лучшим исполнителем–учащимся, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: соревнования.

Тема 6. Элементы классического танца (22 часа).

Теория: понятие классического танца, чем он отличается, специфика классического танца.

Практика: подготовительная, I и II позиция рук, I и II позиция ног, releve по VI позиции ног, demi plie по I, II и VI позиции ног, battement tendu по I позиции, упражнения на силу и выворотность ног у станка, вращение по диагонали.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: опрос

Тема 7. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - зимний отчетный концерт всего коллектива.

Тема 8. Элементы и комбинации эстрадного танца (30 часов).

Практика: изучение и отработка новых усложненных танцевальных элементов, в комбинации включаются элементы классического танца.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, показ лучшим исполнителем.

Форма контроля: соревновательный показ.

Тема 9. Разучивание и отработка эстрадного танца (30 часов).

Практика: разводка запланированного танца, затем его отработка.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, комментарии педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 10. Повторение пройденного материала (6 часов).

Практика: музыкально - ритмические упражнения, элементы акробатики, классического и эстрадного танца, подготовка к контрольному уроку.

Формы работы: показ - демонстрация, показ лучшим исполнителем, анализ

и обсуждение.

Формы контроля: практический зачет.

Тема 11. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - отчетный концерт всего коллектива в конце учебного года.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(третьего года обучения)

№	Тема	Количество часов		
		Всего	**Теория**	**Практика**
1.	Вводный урок. Правила техники безопасности.	**2**	2	
2.	Общие сведения о современной хореографии	**2**	2	
3.	Повторение пройденного материала второго года обучения.	**6**		6
4.	Музыкально - ритмические упражнения.	**16**		16
5.	Партерная гимнастика и акробатика.	**40**	1	39
6.	Элементы классического танца.	**30**	1	29
7.	Контрольный урок	**2**		2
8.	Элементы и комбинации стилизованного русского народного танца.	**30**	1	29
9.	Разучивание и отработка стилизованного русского народного танца.	**24**		24
10.	Элементы современного танца (джаз - модерн).	**24**	1	23
11.	Разучивание и отработка эстрадного танца.	**32**		32
12.	Повторение пройденного материала.	**6**		6
13.	Контрольный урок.	**2**		2
	Всего	**216**	**8**	**208**

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(третьего года обучения)

Тема 1. Вводный урок. Техника безопасности (2 часа).

Теория: встреча с детьми, повторение знаний о технике безопасности во время занятий. в коридоре центра, во время концерта и за кулисами. Поведение и действия во время чрезвычайных ситуациях.

Формы работы: беседа, анализ и обсуждение.

Формы контроля: опрос.

Тема 2. Общие сведения о современной хореографии (2 часа).

Практика: история возникновения современной хореографии, ее направления.

Форма работы: рассказ, беседа.

Форма контроля: опрос.

Тема 3. Повторение пройденного материала (6 часа).

Практика: музыкально - ритмические упражнения, элементы и комбинации классического и эстрадного танца, эстрадный танец.

Форма работы: наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: соревнование.

Тема 4. Музыкально - ритмические упражнения (16 часов).

Практика: комбинации в паре по диагонали, по кругу на основе приставного шага, маршевого шага, галопа, подскока, танцевального бега, ритмических выстукиваний, усложнение ритмических выстукиваний, упражнений на координацию и перестроений в зале.

Форма работы: наглядный показ, показ - демонстрация, анализ и обсуждение.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 5. Партерная гимнастика и акробатика (40 часов).

Теория: определенные правила и техника безопасности при выполнении акробатических элементов.

Практика: усложнение упражнений на укрепление мышц спины, брюшного пресса, растяжки. Усложнение кувырка вперед, колесо на одной руке, стойка - мостик, акробатические комбинации.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, комментарий по ходу исполнения, сравнение.

Форма контроля: практический зачет или соревнование.

Тема 6. Элементы классического танца (30 часов).

Теория: определенные правила выполнения классических движений, работа мышц во время исполнения, названия классических движений.

Практика: положение рук в III позиции, III и IV позиции ног, releve на полупальцы по I позиции ног, grand plie по VI, I и II позиции ног, battement tendu по V позиции, упражнения у станка на растяжку, вращение по диагонали.

Форма работы: объяснение, иллюстрации.

Форма контроля: опрос.

Тема 7. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - зимний отчетный концерт всего коллектива.

Тема 8. Элементы и комбинации стилизованного русского народного танца (30 часов).

Теория: основные сведения из истории появления русского народного танца, отличия от других танцев.

Практика: положения рук, позиции ног, раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук, поочередные раскрывания рук, переводы рук в различные положения, поклоны: на месте без рук и с руками, поклон с продвижением вперед и отходом назад, переменный шаг, шаг с каблука, шаг с притопом, "гармошка", ковырялочка с двойным и с тройным притопом, "ключ" простой (с переступаниями), рисунки хоровода, комбинации на основе выученных элементов.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: опрос.

Тема 9. Разучивание и отработка стилизованного русского народного танца (24 часа).

Практика: разводка небольшого танца на основе выученных комбинаций, затем отработка номера.

Форма работы: наглядно - зрительный показ, образный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 10. Элементы современного танца (джаз - модерн) (24 часа).

Теория: история возникновения современного танца, направления в современном танце и что такое модерн.

Практика: ***основные*** позиции ног: вторая параллель, перпендикуляр, позиции рук: подготовительное положение, первая позиция, jerk позиция (руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулак либо выпрямлены, предплечья параллельны полу и располагаются на уровне диафрагмы сбоку от торса). Contraction и release, roll down и roll up, flat back вперед из положения стоя, вращения по диагонали, махи ногами по диагонали.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, показ - демонстрация, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: опрос.

Тема 11. Разучивание и отработка эстрадного танца (32 часа).

Практика: разводка номера, включая элементы модерна, затем отработка постановки.

Форма работы: наглядно - зрительный показ, образный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 12. Повторение пройденного материала (6 часов).

Практика: музыкально - ритмические упражнения, элементы классического, русского народного танца и модерна, стилизованный русский народный танец, эстрадный танец, подготовка к контрольному уроку.

Тема 13. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - отчетный концерт всего коллектива в конце учебного года.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(четвертого года обучения)

№	Тема	Количество часов		
		Всего	**Теория**	**Практика**
1.	Вводный урок. Правила техники безопасности.	**2**	2	
2.	Общие сведения о современной хореографии	**2**	2	
3.	Повторение пройденного материала третьего года обучения.	**6**		6
4.	Партерная гимнастика и акробатика.	**46**	1	45
5.	Элементы классического танца.	**34**	1	33
6.	Контрольный урок	**2**		2
7.	Элементы и комбинации стилизованного русского народного танца.	**26**		26
8.	Разучивание и отработка стилизованного русского народного танца.	**30**		30
9.	Элементы современного танца (джаз - модерн).	**28**	1	27
10.	Разучивание и отработка эстрадного танца.	**32**		32
11.	Повторение пройденного материала.	**6**		6
12.	Контрольный урок.	**2**		2
	Всего	**216**	**7**	**209**

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(четвертого года обучения)

Тема 1. Вводный урок. Техника безопасности (2 часа).

Теория: встреча с детьми, повторение знаний о технике безопасности во время занятий. в коридоре центра, во время концерта и за кулисами. Поведение и действия во время чрезвычайных ситуациях.

Формы работы: беседа, анализ и обсуждение.

Формы контроля: опрос.

Тема 2. Общие сведения о современной хореографии (2 час).

Теория: фильм - балет по направлению модерн.

Форма работы: показ - демонстрация.

Форма контроля: опрос.

Тема 3. Повторение пройденного материала третьего года обучения (6 часов).

Практика: музыкально - ритмические упражнения, элементы классического, народного и современного танца. Выученные танцы.

Форма работы: наглядно - зрительный показ, анализ и обсуждение.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 4. Партерная гимнастика и акробатика (46 часа).

Теория: соблюдение определенных правил при выполнении упражнений.

Практика: усложнение упражнений на развитие и укреплений мышц спины, брюшного пресса, стопы, растяжка в парах, со скамейки, новые акробатические элементы: стойка на голове, переворот с правой и левой ноги, колесо на локтях, кувырок вперед в паре.

Форма работы: объяснение, анализ и обсуждение, наглядный показ, показ лучшим исполнителем.

Форма контроля: практический зачет, опрос.

Тема 5. Элементы классического танца (34 часа).

Теория: определенные правила выполнений классических элементов.

Практика: положения рук: первая и вторая форма port de bras, малые позы: croisée и effacée вперед, releve на полупальцы по V позиции ног, grand plie по I, II и V позиции ног, battement tendu jeté по I позиции, grand battement jeté из I позиции, прыжки с двух ног на две, вращение по диагонали.

Форма работы: объяснение, анализ и обсуждение, наглядный показ, показ - демонстрация, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 6. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - зимний отчетный концерт всего коллектива.

Тема 7. Элементы и комбинации стилизованного русского народного танца (26 часов).

Практика: припадание в сторону по 3 позиции ног, "веревочка" простая, "моталочка", притопы одинарные и тройные, дробные выстукивания, вращения на двух ногах, бег в повороте, переборы, поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу. Комбинации на основе выученных элементов.

Форма работы: объяснение, беседа, просмотр видеоматериала, наглядно - зрительный показ, образный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 8. Разучивание и отработка стилизованного русского народного танца (30 часов).

Практика: на основе выученных комбинаций разводка запланированного танца и последующая его отработка.

Форма работы: образный показ, наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 9. Элементы современного танца (джаз - модерн) (28 часов).

Теория: известные танцоры и хореографы России и Зарубежья.

Практика: дыхательная гимнастика с использованием contraction, release. Demi и grand plie: по параллельным и выворотным позициям, перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и, наоборот, во время исполнения demi и grand plie, изменение динамики исполнения: быстро, медленно, соединение с releve. Battement tendu: исполнение по параллельным позициям, перевод из параллельного в выворотное и наоборот, исполнение с сокращенной стопой (flex). Flat back в сторону, вперед в сочетании с работой рук. Вращения на одной ноге. Шаги: tap step, camel walk.

Форма работы: объяснение, анализ и обсуждение, наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 10. Разучивание и отработка эстрадного танца (32 часа).

Практика: на основе элементов современного танца разводка номера и затем его отработка.

Форма работы: наглядно - зрительный и образный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 11. Повторение пройденного материала (6 часов).

Практика: музыкально - ритмические упражнения, элементы классического, русского народного танца и модерна, стилизованный русский народный танец, эстрадный танец, подготовка к контрольному уроку.

Тема 12. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - отчетный концерт всего коллектива в конце учебного года.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(пятого года обучения)

№	Тема	Количество часов		
		Всего	**Теория**	**Практика**
1.	Вводный урок. Правила техники безопасности.	**2**	2	
2.	Повторение пройденного материала четвертого года обучения.	**6**		6
3.	Партерная гимнастика и акробатика.	**38**		38
4.	Элементы классического танца.	**34**	1	33
5.	Контрольный урок	**2**		2
6.	Элементы и комбинации стилизованного русского народного танца.	**30**		30
7.	Разучивание и отработка стилизованного русского народного танца.	**30**		30
8.	Элементы современного танца (джаз - модерн).	**32**	1	31
9.	Разучивание и отработка эстрадного танца.	**34**		33

10.	Повторение пройденного материала.	**6**		6
11.	Экзамен.	**2**		2
	Всего	**216**	**4**	**212**

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

(пятого года обучения)

Тема 1. Вводный урок. Техника безопасности (2 часа).

Теория: встреча с детьми, повторение знаний о технике безопасности во время занятий. в коридоре центра, во время концерта и за кулисами. Поведение и действия во время чрезвычайных ситуациях.

Формы работы: беседа, анализ и обсуждение.

Формы контроля: опрос.

Тема 2. Повторение пройденного материала четвертого года обучения (6 часа).

Практика: элементы и комбинации русского народного и современного танцев, акробатические элементы и элементы классического танца.

Форма работы: наглядно - зрительный показ, анализ и обсуждение.

Форма контроля: зачет.

Тема 3. Партерная гимнастика и акробатика (38 часа).

Практика: усложнение упражнений на развитие и укреплений мышц спины, брюшного пресса, стопы, растяжка. Акробатика: перевороты назад с правой и левой ноги, разгиб с головы, рандат.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 4. Элементы классического танца (34 часов).

Теория: правила выполнения новых элементов.

Практика: IV позиция ног, третья форма port de bras рук, позы écartée вперед и назад, прыжки с двух ног на одну, вращения. простые комбинации.

Форма работы: наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу

исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 5. Контрольный урок (2 часа).

Контрольный урок - зимний отчетный концерт всего коллектива.

Тема 6. Элементы и комбинации стилизованного русского народного танца (30 часов).

Практика: «Моталочка»: а) с задеванием пола каблуком; б) с акцентом на всю стопу; в) с задеванием пола полупальцами; г) с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками, дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом, "веревочка» с двойным ударом, боковое «припадание» с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги, «ключ» с двойной дробью, дробь на «три ножки», вращения на подскоках с продвижением вперед по диагонали, с движением «моталочки». На основе выученных элементов разводка комбинаций на середине зала.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 7. Разучивание и отработка стилизованного русского народного танца (30 часов).

Практика: разводка запланированного танца с применением выученных элементов и комбинаций и его отработка.

Форма работы: наглядно-зрительный показ, образный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 8. Элементы современного танца (джаз - модерн) (32 часов).

Теория: все параллельные позиции ног (1, 2, 3, 4, и 5), комбинации adagio с использованием наклонов, спиралей торса, contraction и release с одновременным подъемом «рабочей» ноги на 90° и выше, кросс: шоссе, grand batman jete по всем направлениям, вращения по кругу, соединение шагов, прыжков в вращении в единые комбинации.

Форма работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: контрольный урок.

Тема 9. Разучивание и отработка эстрадного танца (34 часа).

Практика: на основе элементов современного танца разводка номера и затем его отработка.

Форма работы: наглядно - зрительный и образный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 10. Повторение пройденного материала (6 часов)

Практика: музыкально - ритмические упражнения, элементы классического, русского народного танца и модерна, стилизованный русский народный танец, эстрадный танец, подготовка к контрольному уроку.

В конце учебного года учащиеся сдают экзамен по всем темам, участвуют в заключительном отчетном концерте.

1.4 Планируемые результаты

Первый год обучения.

Учащиеся *знают:*

- основные хореографические понятия: танец, подскоки, галоп, пружинка, танцевальный бег, марш.
- музыкальный размер: вальс, полька, марш
- приемы взаимодействия с партнером

Учащиеся *умеют*:

- правильно координировать движения и ориентироваться в пространстве;
- быстро усваивать материал;
- усваивать начальные навыки;
- исполнять простейшие танцевальные комбинации, простейшие танцы.

Второй год обучения:

Учащиеся *знают:*

- Хореографические термины классического танца
- Приемы мышечного расслабления
- Понятия «пластика», «память физических действий»
- Понятия: что такое сцена, кулисы, зрительный зал, репетиции

Учащиеся *умеют:*

- быстро запоминать материал
- правильно исполнять комбинации, движения, позиции
- правильно дышать
- эмоционально раскрыться

Третий год обучения:

Учащиеся *знают:*

- более сложные хореографические понятия
- движения классического, народного, эстрадного танцев
- историю хореографии

Учащиеся *умеют:*

- правильно и четко исполнять выученный материл
- видеть, понимать и помогать партнеру
- эмоционально и выразительно себя раскрыть
- быстро выполнять сложные композиции

Четвертый год обучения:

Дети *знают:*

- приемы работы над образом
- все сценические понятия
- как себя вести за сценой и в зрительном зале

Дети *умеют:*

- работать над образом, характером
- помогать своим партнерам
- работать в команде

- проявляют уважения к чужому мнению,
- правильно исполнять технически сложные движения, композиции
- выразительно танцевать

Пятый год обучения:

Дети *знают:*

- элементы классического, народного, эстрадного, современного танцев
- как использовать весь спектр этих элементов и как применить при исполнении танца

Дети *умеют:*

- анализировать свои действия и действия партнера
- управлять своим телом, своей пластикой
- немного импровизировать
- грамотно исполнять выученный материал
- качественно выступать на сцене.

Дети активно выступают, участвуют во всевозможных хореографических конкурсах.

Система отслеживания и оценки результатов обучения:

- проведение контрольных уроков, зачетов
- опрос по пройденному материалу
- отчетный концерт в конце года
- конкурсы и фестивали.

Содержание занятия:

1. Поклон
2. Разминка по кругу (2 мин.)
3. Разминка на середине (5 мин.)
4. Партерный экзерсис (5 мин.)
5. Разучивание или отработка материала (8 мин.)
6. Постановка и отработка танца (20 мин.)
7. Поклон

Структура занятия

Вводная часть – тренировка танцевального шага, галопа, подскока.

Цель – организовать внимание и подготовить к большой физической нагрузке.

Теоретическое объяснение и наглядная демонстрация нового материала.

Учебно-тренировочная часть – разминка на середине. Здесь дети разогревают мышцы рук, ног, спины. Разучиваются новые танцевальные элементы и комбинации, разучивается и отрабатывается танец.

Цель – увеличение мышечной нагрузки, запомнить разучиваемый материал, правильность и четкость исполнения.

Воспитание

Цель воспитательной работы: развитие личности через формирование эстетических и нравственных ценностей, развитие творческого потенциала и социальной активности детей на основе танцевального искусства.

Задачи

- формирование интереса к изучению истории и традиций танцевального искусства России и мира;
- просвещение в сфере достижений отечественной культуры и духовнонравственных традиций российского общества;
- воспитание чувства патриотизма и уважения к истории России и Самарской области.

Ожидаемые результаты

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- понимание значимости достижений отечественной культуры и

духовнонравственных традиций;
- уважение к старшим, бережное отношение к истории и традициям своей семьи и малой родины.

Методы воспитания

- метод убеждения через беседы и лекции о значении танцевального искусства;
- метод положительного примера (педагога, родителей, известных танцоров);
- метод упражнений через практические занятия и тренировки;
- метод переключения деятельности для поддержания интереса и мотивации;
- метод развития самоконтроля и самооценки через рефлексию и анализ собственных достижений;
– методы воспитания воздействием группы и коллектива через командные игры и соревнования;

Формы работы

– игровые тренинги и соревнования: способствуют развитию командного духа, дисциплины и ответственности;
– проектная деятельность: создание проектов, связанных с историей танцев и их значением в культуре;
– экскурсии и встречи: посещение музеев, театров и общение с профессиональными танцорами;
– творческие мастерские: создание тематических поделок и рисунков, отражающих танцевальную тематику.

Работа с родителями

– родительские собрания для обсуждения успехов детей и планов на будущее.
– открытые занятия, на которых родители могут наблюдать за прогрессом своих детей.
– совместные мероприятия, такие как спортивные праздники и семейные соревнования.
– консультации и общение в групповых чатах для оперативного обмена информацией.

Диагностика результатов

– педагогическое наблюдение за поведением и прогрессом детей.
– оценка творческих проектов и спортивных достижений.
– анкетирование и опросы родителей и детей для получения обратной связи;
- отзывы участников мероприятий и педагогов.

Организация воспитательной работы

Воспитательная работа проводится на базе учебного заведения, а также на выездных площадках, таких как музеи, спортивные комплексы и культурные центры. Родители активно участвуют в организации мероприятий и поддержании мотивации детей.

1.5. Условия реализации программы

Техническое оснащение занятий.

Для успешного освоения программы детьми необходимы следующие **условия и материальные обеспечения:**

- Просторный, большой танцевальный зал (деревянный пол, станок, зеркала);
- Концертные костюмы;
- Форма для учащихся (купальник, лосины, балетки или джазовки, убранная голова);
- Фонограммы;
- Аудио-, видеоаппаратура;
- Художественно-иллюстрированный материал;
- Спортивно-игровой инвентарь.

Материально-техническое оснащение

- танцевальный класс, оборудованный зеркалами и станками;
- комната для переодевания;
- аппаратура (музыкальный центр);
- аудио и видео материалы;
- одежда для занятий хореографией (форма).

Методика обучения строится в основном на показе педагога, на эмоционально-образных пояснениях, указаниях, импровизации и игре. А также используются прием самостоятельного сочинения танцевальных элементов и простых танцев.

1.6. Методические материалы

Занятие включает в себя теоретическую и практическую части. В теоретической части изучается терминология танцевальных элементов, которая закрепляется на практических занятиях.

Занятия проводятся как со всей группой-упражнения у станка, на середине, постановка и отработка этюдов и сюжетных танцев (русский

народный, эстрадный, классический), так и индивидуальные - отработка отдельных движений и элементов танцевальных композиций. Используются такие формы организации занятий: игра, беседы по основным темам программы, встречи с творческими хореографическими коллективами, участие в концертных программах.

Важным аспектом на занятиях является раскрытие танцевального образа (эмоциональная выразительность, артистизм) и качество его исполнения.

Весь процесс обучения направлен на приобщение учащегося к искусству хореографии, к занятиям современным эстрадным танцем, формирование чувства прекрасного, воспитание культурного исполнителя и зрителя. Занятия хореографии способствуют формированию чувства коллективизма, взаимной поддержки.

Итоги обучения по каждой теме, разделу программы подводятся на контрольных и открытых занятиях. Каждый год обучения завершается сдачей зачетов и выступлениями на отчетных концертах, на концертах перед родителями.

1.7. Список литературы

Литература для педагога:

2. Бекина С.И. «Музыка и движение», М., 1984г.

3. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». С- Петербург 2000 г.

4. Васильева Т.К. «Секрет танца», С-Петербург 1997г.

5. Громов Ю.И. «Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера». СПбГУП 1997г.

6. Громов Ю.И. «От школы на Росси к школе на Фучика», СПбГУП 2001 г.

7. Громова Е.Н. «Детские танцы из классических балетов». С- Петербург 2001 .

8. Диниц Е.В. «Азбука танцев», Донецк 2004г.

9. Костровицкая В. «100 уроков классического танца». Л, 1980г.

10. Матвеев В.Ф. «Теория и методика преподавания русского народного танца». С-Петербург 1999г.

11. Пасютинская В. «Волшебный мир танца». М.. 1985г.

12. «Современный бальный танец», М.. 1978г.

13. Тарасова Н.Б. «Теория и методика преподавания народно-сценического танца», С-Петербург 1996г.

14. Фадеева СЛ. «Теория и методика преподавания классического и историко-бытового танцев», С-Петербург 2000г.

15. Ярмолович М. «Классический танец», Л, 1986г.

Календарный план воспитательной работы

	Название события, мероприятия	Сроки	Практический результат и информационный продукт
1	Вводное собрание с родителями (1-я неделя): цели на год, правила, техника безопасности, график, форма, участие в концертах и конкурсах. Форма: собрание + памятка	Сентябрь	Протокол собрания с подписями. Утвержден родительский комитет. Договоры с родителями.
2	Участие в социально-значимых мероприятиях центра «Искра»	Сентябрь-май	размещенные на сайте/в соцсетях Центра «Искра». Отзывы родителей.
3	Знакомство с лучшими хореографическими коллективами России «Березка», «Тодес» и классических коллективов.	Октябрь	Просмотр и разбор концертов(фрагменты): обсуждение композиции, артистизма, техники. Форма: просмотр + вопросы.
4	Лекция-показ «История русского танца»	Октябрь	Видео, рассказ, разбор 2–3 движений.
5	Посвящение в «хореографы»	Ноябрь	Ритуал, вручение символики, мини-концерт новичков. Цель: мотивация, чувство принадлежности.
6	Новогодние утренники и спектакли	Декабрь	(2–3 номера от разных групп). Цель: сценическая практика, праздничное настроение.
7	Открытый урок для родителей	Декабрь	Фото детей в процессе занятия. Протокол промежуточной аттестации.
8	Новогоднее	Декабрь	Фотоколлаж «Наша дружная

8	чаепитие и Тим-билдинг	Декабрь	команда» для стенда учреждения. Новогодняя дискотека.
9	Мастер класс по эстрадному танцу	Январь	Показ + практические занятия
10	Лекция-показ фрагментов из балетных спектаклей	Январь	Видео, рассказ, разбор миниатюр.
11	Посещение отчетного концерта танцевального объединения «Бенедиктус»	Апрель	Информация на сайт
12	Отчетный концерт года	Апрель	Полная видеосъемка концерта. Фотоальбом с лучшими кадрами сезона. Годовой отчет на сайте учреждения «Искра».
13	Выпускной вечер	Май	Вручение свидетельства об окончании ХШ «Пластилин», мини-концерт воспитанников коллектива, дискотека.
14	Фотосессия выпускников	Май	Общий альбом, фото для соцсетей центра «Искра»
15	Итоговое родительское собрание	Май	Итоги года, планы на лето. Интенсивы, самостоятельная работа, просмотр видео и анализ профессиональных коллективов.