

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ТВОЯ ШКОЛА»**



УТВЕРЖДАЮ:



Генеральный Директор АНО ДО  
«Твоя школа»

И.В. Криштанович

«01» февраля 2025 г.

**"Хореография" 2.1 модуль.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа.

Возраст детей с 7 -13 лет

Возраст обучающихся: 7-13 лет

Срок реализации: 105 ч.

г. Сургут, 2025 г.

## Пояснительная записка

В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает особо значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью. Первоначально связанный со словом и музыкой, он постепенно приобрёл самостоятельное значение, и теперь его многочисленные ответвления эволюционируют рядом с нами: балльные танцы и танец живота, клубные танцы и бодифлекс, балет, уличные танцы и т. д.

Занятие хореографией преобразует не только мышцы, делая их легкими, эластичными и сильными, но и создает условия для гармоничного развития личности ребенка, его мотивации к познанию и творчеству, способствуют его эмоциональному благополучию и приобщению к общечеловеческим ценностям.

Адаптированная образовательная программа «Хореография» составлена на основе литературы по хореографии, опыта работы выдающихся педагогов: В.Костровицкой “100 уроков классического танца”, Филатова С.В. «От образного слова – к выразительному движению», Н.Стуколкиной “4 экзерсиса”, Н.Тарасова “Классический танец” Т. Васильева Секрет танца, Лисицкая Т. Ритм+пластика, Шереметьевская Танец на эстраде, Эльявг Н, Образы танца, практический материал, школа современного танца 2004 год и личного опыта работы. Программа «Хореография» вводит ребенка в мир танца, воспитывает эмоциональное, осознанное отношение к танцевальному искусству, способствует интеграции личности в национальную и мировую культуру. Содержание программы знакомит детей с русским и хантыйским народным творчеством, способствует воспитанию в детях уважения к национальным традициям русского и хантыйского народов. Программа направлена на физическое и эстетическое развитие детей, предусматривает систематическое и последовательное обучение. Предполагается, что освоение основных Этапов программы поможет естественному развитию организма ребенка, формированию танцевальных способностей: развитию чувства ритма, танцевальной выразительности, координации движений, эмоциональной отзывчивости на музыку.

Программа разработана в соответствии с требованиями статьи 12 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам». Концепцией развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р, Постановлением Правительства РФ «Об утверждении Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14)».

СанПин 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года №41.

Содержание данной программы соответствует целям и задачам, стоящим перед дополнительным образованием на сегодняшний день.

#### **Актуальность программы.**

- толерантность (взаимодействие различных культур и жанров);
- демократичность и гуманизм (взаимодействие педагога и ученика в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научность (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- “от простого к сложному” (научившись элементарным навыкам, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных импровизаций, хореографических постановок).

Отличительной особенностью программы является то, что данная образовательная программа в отличие от программ для специализированных учреждений разработана для детей без специального отбора. По данной программе могут заниматься дети с разным уровнем хореографической подготовки и физических возможностей. Большое внимание в программе уделяется формированию у воспитанников потребности здорового образа жизни посредством здоровьесберегающих технологий: это комплексы специальных упражнений, тренинги на развитие и фиксацию мышечных ощущений (мышечной памяти).

**Цель:** Создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Освоение программы предполагает решение разноплановых задач:

#### *Обучающие:*

- Формирование базовых хореографических навыков в области классического, народного и эстрадного танцев, элементарных навыков гимнастики, акробатики, актерского мастерства.
- Формирование знаний об основных хореографических стилях и жанрах.
- Формирование умений свободно, красиво и органично выражать себя в танце, отражая содержание музыкального произведения.

#### *Развивающие:*

- Развитие музыкального слуха и ритма, пластики и грации в движениях, эстетического вкуса.
- Развитие способностей воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное через танец.
- Развитие творческих способностей и творческого воображения

#### *Воспитательные:*

- Воспитание морально-волевых качеств: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах.
- Уважение к партнерам по танцу, чувство товарищества, ответственности,
- Воспитание коммуникативных качеств.
- Формирование потребностей и навыков сохранения и укрепления здоровья.

*Возраст детей, участвующих в реализации, данной дополнительной образовательной программы: 7 -13 лет.*

*Количество учащихся в группе: 10-15 человек*

*Сроки реализации программы: 1 год (105 часов).*

Занятия проводятся 2 раз в неделю по два академических часа, согласно расписанию.

Продолжительность занятия: 30 минут (один академический час).

Модуль «Ритмика» направлен на физическое и эстетическое развитие детей, предусматривает систематическое и последовательное обучение. Предполагается, что освоение основных этапов модуля поможет естественному развитию организма ребенка.

**Образовательные задачи:**

- формирование знаний об основных хореографических стилях и жанрах.
- формирование танцевальных способностей:
- развитие чувства ритма, танцевальной выразительности, координации движений, эмоциональной отзывчивости на музыку.
- формирование умений свободно, красиво и органично выражать себя в танце, - формирование умений отразить содержание музыкального произведения.

В процессе обучения используются следующие **формы занятий:**

Традиционные и нетрадиционные формы обучения. На первых этапах обучения активно используются игровые методики, просмотр видео материалов и литературы.

Занятия осуществляются по нескольким формам:

- Теоретические занятия (просмотр видеоматериалов, анализ литературных источников).
- Практические общие занятия.
- Индивидуальные занятия.

Общие занятия строятся по определенной структуре:

- вводная часть (подготовка детей к основной части, разминка).
- основная часть (составление и изучение технических элементов и композиций,
- совершенствование изученных схем).
- заключительная часть (выполнение технических элементов под музыку).

**Педагогическая целесообразность.**

Образовательный процесс основывается на следующих принципах:

- принцип научности;
- принцип систематичности;
- принцип доступности учебного материала;
- принципа наглядности;
- принципа сознательности и активности;
- принцип прочности;
- принцип индивидуализации.

#### **Основные методы работы:**

Разнообразие учебного материала позволяет применять на занятиях различные методы обучения: частично-поисковый, проблемный, объяснительно - иллюстративный, наглядный, словесный, практический.

В зависимости от поставленных целей используются различные типы занятия: традиционное, практическое, творческое, игра, и другие. Организационные формы работы на занятии определяются педагогом в соответствии с поставленными целями и задачами.

#### **Образовательные результаты**

Основным результатом для каждого обучающегося должно стать осознанное решение о выборе профессии хореографа.

#### **Образовательные результаты:**

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений,
- выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями;
- технически правильное выполнение двигательных действий.

#### **Предметные результаты:**

- выполнение танцевальных комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);

развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку. Определять характер, темп и размер музыки. Правильно держать корпус. Правильно исполнять 1,2,3 позиции рук и 1,3,6 позиции ног. Выполнять

танцевальные

шаги, галопы, подскоки, прыжки,

Ра польки в разных направлениях. Держать интервалы и перестраиваться

- по рисунку в танце

**К концу освоения модуля дети овладевают знаниями:**

- о значении и пользе занятий спортом;
- о терминологии упражнений;
- о назначении гимнастического инвентаря;
- о технике дыхания при выполнении упражнений;
- о структуре занятия по хореографии;
- о правилах безопасности на занятиях хореографией;
- о гигиенических основах занятий.
- об особенностях выполнения упражнений;
- о методах самоконтроля при выполнении упражнений;
- об основах дыхания при физических нагрузках;
- о комбинировании связок танцевальных шагов;
- о строении человека, о работе определенных групп мышц.

### **К концу освоения модуля дети погружаются в практики и**

- выполняют базовые танцевальные шаги;
- составляют связки базовых шагов;
- исполняют танцевальные композиции.
- составляют связки из изученных элементов;
- грамотно и выразительно исполнять танец;
- воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять хореографический этюд в группе.

### **Компетентностные результаты:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;

## 1.Модуль «Ритмика»

Уровни	Личностные результаты	Предметные результаты	Метапредметные результаты
<p><b>Стартовый уровень.</b> Развитие музыкально двигательной выразительности, пластики тела; Музыкально игровое творчество.</p>	<p>Определять характер, темп и размер музыки. Правильно держать корпус. Правильно исполнять 1,2,3 позиции рук и 1,3,6 позиции ног. Выполнять танцевальные шаги, галопы, подскоки, прыжки, Ра польки в разных направлениях. Держать интервалы и пере по рисунку в танце.</p>	<p>Учащиеся знают основные термины; - Умеют работать с источниками информации; Под руководством руководителя: могут анализировать полученную информацию.</p>	<p>Умеют добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии. Делают выводы в результате совместной работы всей группы. Перерабатывают полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы. Приобретают навыки публичного выступления.</p>
<p><b>Базовый уровень</b> Совершенствование навыков музыкально двигательной выразительности, пластичности тела; решение музыкально творческих задач.</p>	<p>Выполнять элементарные движения современной пластики. Исполнять основные упражнения у станка. Эмоционально выразительно исполнять каждое танцевальное движение, передавать характер танца.</p>	<p>Профессионально сориентированы в мире профессий; умеют применять единую терминологию; умеют обосновывать актуальность выбора.</p>	<p>Умеют вести дискуссию, отстаивать свою точку зрения; умеют критически осмысливать материал, представленный в источниках информации. Развивают навыки публичного выступления.</p>
<p><b>Продвинутый уровень.</b> Формирование основ здорового образа жизни,</p>	<p>Проявлять интерес к занятиям ритмикой, формам</p>	<p>Умеют планировать свои действия; осуществлять итоговый и</p>	<p>Приобретают навыки самостоятельной работы; слушать мнения других людей</p>

<p>развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.</p>	<p>активного досуга, эстетического вкуса, художественно творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора.</p>	<p>пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя; проявлять познавательную инициативу; самостоятельно находить варианты решения творческой задачи</p>	
--	---	---	--

**Способы и формы проверки результатов освоения модуля «Ритмика»**  
«Предварительный контроль» - перед началом учебного года, а также перед изучением новой темы.

«Промежуточный» - контрольные задания, показательные занятия. «Итоговый» - по окончании изучения каждого Этапа и в конце учебного года.

#### **Техническая платформа**

1. Зал хореографии, оборудованный зеркалами.
2. Станок хореографический
3. Видео - аудио аппаратура
4. Коврик гимнастический 180 х 60 – 15 штук
5. Скакалка гимнастическая штук - 15 штук

**Учебно-тематический план**  
**Модуль «Ритмика»**

Этап	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>I.</b>	<b>Введение в образовательную программу</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>II.</b>	<b>Характер музыкально произведения, его темп, динамические оттенки</b>	<b>38</b>	<b>10</b>	<b>28</b>
	<b>2.1.</b> Понятие о такте, размере и длительности.	1	1	-
	<b>2.2.</b> Виды музыкальных произведений	1	1	-
	<b>2.3.</b> Строение музыкального произведения.	1	1	-
	<b>2.4.</b> Азбука музыкального движения	5	1	4
	<b>2.5.</b> Элементы и танцевальные движения	5	1	4
	<b>2.6.</b> Элементы национального танца	5	1	4
	<b>2.7.</b> Основные ходы национального танца	5	1	4
	<b>2.8.</b> Партерная гимнастика	5	1	4
	<b>2.9.</b> Танец модерн и джаз-танца.	5	1	4
	<b>2.10.</b> Разогревательные движения	5	1	4
<b>III.</b>	<b>Ритмические упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы</b>	<b>13</b>	<b>5</b>	<b>8</b>
	<b>3.1.</b> Позиции ног 1-2-3-6 (невыворотные)	2	1	1
	<b>3.2.</b> Позиции рук (первая и подготовительная)	2	1	1
	<b>3.3.</b> Движения головы	2	1	1
	<b>3.4.</b> Движения рук	3	1	2
	<b>3.5.</b> Движения корпуса, плечевого пояса	3	1	2

	<b>3.6.</b> Приседания и подъемы на полупальцы по 6 позициям	1	-	1
<b>IV.</b>	<b>Танцевальные элементы</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>7</b>
	<b>4.1.</b> Поклоны.	1	-	1
	<b>4.2.</b> Шаги бытовые, танцевальные. Подскоки.	1	-	1
	<b>4.3.</b> Элементы «Галоп».	3	1	2
	<b>4.4.</b> Элементы «Полька»	3	1	2
	<b>4.5.</b> Бег, приставные шаги.	1	-	1
<b>V.</b>	<b>Прыжки</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>6</b>
	<b>5.1.</b> Прыжки по VI позиции	3	1	2
	<b>5.2.</b> Легкие прыжки по I позиции.	3	1	2
	<b>5.3.</b> Виды прыжков	3	1	2
<b>VI.</b>	<b>Этюдная работа над образами и рисунками танца</b>	<b>35</b>	<b>6</b>	<b>29</b>
	<b>6.1.</b> Построение по линиям, повороты вправо и влево	2	1	1
	<b>6.2.</b> Рисунки “до-за-до, шен, воротца”.	7	1	6
	<b>6.3.</b> Подготовительные движения на середине зала	6	1	5
	<b>6.4.</b> Упражнения лежа	6	1	5
	<b>6.5.</b> Основные танцевальные шаги и ходы	8	1	7
	<b>6.6.</b> Импровизация	2	1	1
	<b>6.7.</b> Индивидуальная работа	2		2
	<b>6.8.</b> Концертное выступление	2	-	2
	<b>Итого</b>	<b>105</b>	<b>27</b>	<b>78</b>

Образовательная цель модуля: Развитие чувства ритма, танцевальной выразительности, координации движений, эмоциональной отзывчивости на музыку.

## Содержание Модуль «Ритмика»

### Этап I. Введение в образовательную программу

#### Тема 1.1 Введение

**Теория:** Знакомство с обучающимся, с режимом работы и планом занятий объединения. Санитарно-гигиенические требования. Техника безопасности в учебном учреждении. Правила пожарной безопасности.

### Этап II. Характер музыкально произведения, его темп, динамические оттенки

#### Тема 2.1. Понятие о такте, размере и длительности.

**Теория:** Средства музыкальной выразительности (темп, динамика). Определение характера музыки. Смена движений в зависимости от музыкальных фраз.

**Практика:** Выполнение движений в различных темпах музыки.

#### Тема 2.2. Виды музыкальных произведений

**Теория:** Основные жанры музыкальных произведений (марш, песня, танец).

**Практика:** Выполнение движений в зависимости от жанра музыки.

#### Тема 2.3. Строение музыкального произведения.

**Теория:** Строение музыкального произведения: вступление, музыкальные части, фаза музыкального произведения.

**Практика:** Исполнение танцевальных движений в зависимости от смены музыкальных частей и фаз.

#### Тема 2.4 Азбука музыкального движения

**Теория:** Способы чередования сильной и слабой долей такта.

**Практика:** Перестраивание в круг, в несколько кругов, в шеренги, в колонны.

Самостоятельное выполнение перестроения на основе танцевальных композиций (змейка, воротца, спираль).

#### Тема 2.5. Элементы и танцевальные движения.

**Теория:** Правильное положение рук в сольном танце. Положение рук в парных и массовых танцах. Движения рук в мужских и женских танцах. **Практика:** Выполнение движений рук в мужских и женских танцах

#### Тема 2.6. Элементы национального танца.

**Теория:** Правила исполнения характерных мужских движений (резкие, четкие), характерных женских движений (медленные, плавные).

**Практика:** Выполнение движения характерных мужских движений (резкие, четкие), характерных женских движений (медленные, плавные).

## **Тема 2.7. Основные ходы национального танца**

**Теория:** Правила исполнения основных ходов.

**Практика:** Выполнение основных ходов.

## **Тема 2.8. Партерная гимнастика**

**Теория:** Техника выполнения упражнений, способствующих растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, позволяющих улучшить выворотность ног, упражнений на укрепление мышц брюшного пресса.

**Практика:** Выполнение упражнений, способствующих растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок, позволяющих улучшить выворотность ног, упражнений на укрепление мышц брюшного пресса.

## **Тема 2.9. Танец модерн и джаз-танец.**

**Теория:** Положения рук как в классическом танце 1,2,3. Положение арондипокой-взлетное состояние. Позиции ног как в классике раскрытая, как в народном прямая. Положение ног (секонт, пике) Используется положения рук в стороне, впереди, на бедрах. Позиции ног как в классике используется свободная и прямая.

**Практика:** Выполнение движений руками: основных положений рук, позиций классического танца. Выполнение позиций ног и их положения в танце модерн. Выполнение движений руками: основных положений рук, позиций классического танца. Выполнение позиций ног и их положения в джаз танце.

## **Тема 2.10. Разогревательные движения.**

**Теория:** Техника выполнения разогревательных движений.

**Практика:** Выполнение разогревательных движений у станка:

Demiplie по второй, четвертой, шестой позициям.

Grandplie по второй, четвертой, шестой позициям.

Batmantendus вперед, в сторону, назад.

Batmantendus с разворотом на 180 градусов.

Batmantendus с фуэте.

Batmantendusjete по всем направлениям.

Batman tendusjete в комбинациях с plies, с relive. Round de jamb par Terre an dehors u an dedans.

Round de jambs par Terre an dehors u an dedans с passé.

**Методическое обеспечение занятий:** аудиозаписи, видеозаписи, атрибуты и детали.

**Форма занятий:** Традиционное, практическое, занятие-игра.

**Форма подведения итогов:** Беседа, анализ исполнения хореографических композиций.

### **Этап III. Ритмические упражнения для постановки корпуса, рук, ног и головы.**

#### **Тема 3.1. Позииции ног 1-2-3-6 (невыворотные)**

**Теория:** Позииции ног 1-2-3-6 (невыворотные)

**Практика:** Выполнение упражнений по каждой позиции

#### **Тема 3.2. Позииции рук (первая и подготовительная)**

**Теория:** Позииции рук (первая и подготовительная), переводы рук из позиции в позицию

**Практика:** Выполнение упражнений на движение рук и кистей: волнообразные движения, работа кистей правой и левой рук отдельно и вместе; упражнения на раскрывание рук вперед – в сторону из положения на поясе, в сторону – вверх в характере народных танцев.

#### **Тема 3.3. Движения головы**

**Теория:** Правила движения головы

**Практика:** Выполнение упражнений на движение головой направо-налево, вперед-назад в различном характере, вверх-вниз с различной амплитудой, наклоны вправо-влево с различной амплитудой.

#### **Тема 3.4 Движения рук**

**Теория:** Характерные особенности выполнения вращательных движений руками.

**Практика:** Выполнение упражнений с вращательными движениями рук с различной амплитудой.

#### **Тема 3.5. Движения корпуса, плечевого пояса**

**Теория:** Движения плечевого пояса и корпуса вправо, влево, вперед, назад. Особенности выполнения движений плечевым поясом и корпусом.

**Практика:** Выполнение упражнений корпусом вправо, влево, вперед, назад в различном характере. Выпады вправо и влево с корпусом и без корпуса.

Упражнения для подвижности плечевого пояса, круговые движения плечами одновременно и поочередно, поднимание их вверх и вниз вместе и поочередно.

#### **Тема 3.6. Приседания и подъемы на полу пальцы по 6 позициям**

**Теория:** Различные виды приседаний. Особенности подъема на полу пальцах.

**Практика:** Выполнение приседаний, полуприседаний. Выполнение упражнений подъемов на полу пальцах по 6 позициям.

**Методическое обеспечение занятий:** аудиозаписи, видеозаписи.

**Форма занятий:** Традиционное, практическое, занятие-игра.

**Форма подведения итогов:** Собеседование, анализ исполнения хореографических композиций.

#### **Этап IV. Танцевальные элементы**

##### **Тема 4.1. Поклоны.**

**Теория:** Различные виды поклонов: классический, народный, бальный. Особенности поклонов для девочек и мальчиков

**Практика:** Выполнение поклонов по ходу танцев: в ритме вальса 3/4, в ритме польки 2/4, в ритме марша 4/4, в стиле модерн.

##### **Тема 4.2. Шаги бытовые, танцевальные. Подскоки.**

**Теория:** Виды шагов: бытовой, легкий с носка (танцевальный). Отличие бытового шага от танцевального. Подскоки вперед и назад.

**Практика:** Выполнение упражнений - шаг на полу пальцах, легкий шаг на полу пальцах, шаг с подскоком. Подскоки в повороте на  $\frac{1}{4}$  круга

##### **Тема 4.3. Элементы «Галоп».**

**Теория:** Галоп боковой по 6 позиции.

**Практика:** Выполнение движений Галоп боковой по 6 позиции, «Pas польки», Pas галопа по 3 позиции. Подскоки в комбинации с галопом

##### **Тема 4.4. Элементы «Полька»**

**Теория:** Особенности движений «Pas польки», Pas галопа по 3 позиции.

**Практика:** Выполнение движений «Pas польки». Pas польки с продвижением вперед и назад. Комбинированная полька.

##### **Тема 4.5. Бег, приставные шаги.**

**Теория:** Понятие бега: по прямой, с выносом ног вперед, с высоко поднятыми коленями, с за хлестом согнутых ног назад. Знакомство с особенностями приставных шагов.

**Практика:** Выполнение приставных шагов вправо и влево, вперед и назад. Упражнения с различными видами бега.

**Методическое обеспечение занятий:** аудиозаписи, видеозаписи.

**Форма занятий:** Традиционное, практическое, занятие-игра.

**Форма подведения итогов:** Собеседование, анализ исполнения хореографических композиций.

#### **Этап V. Прыжки**

##### **Тема 5.1. Прыжки по VI позиции**

**Теория:** Виды прыжков: прыжки на месте, прыжки с продвижением вперед, назад, в сторону.

**Практика:** Выполнение прыжков на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону.

## **Тема 5.2. Легкие прыжки по I позиции.**

**Теория:** Легкие прыжки по 1 позиции. Техника выполнения прыжков вперед и назад.

**Практика:** Выполнение прыжков на полупальцах, легкие прыжки на полупальцах, прыжки с подскоком.

## **Тема 5.3. Виды прыжков**

**Теория:** Трамплинные прыжки, прыжками- мячиками, ножницы

**Практика:** Выполнение трамплинных прыжков на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону. Выполнение прыжков-мячиков.

**Методическое обеспечение занятий:** аудиозаписи, видеозаписи.

**Форма занятий:** Традиционное, практическое, занятие-игра. Занятие - взаимообучение

**Форма подведения итогов:** Занятие с творческими заданиями, собеседование.

## **Этап VI. Этюдная работа над образами и рисунками танца**

### **Тема 6.1. Построение по линиям, повороты вправо и влево**

**Теория:** Понятие «рисунок танца». Правила построения по линиям, повороты вправо и влево.

**Практика:** Выполнение построения по линиям, повороты вправо и влево

### **Тема 6.2. Рисунки “до-за-до, шен, воротца”.**

**Теория:** Особенности рисунков “до-за-до, шен, воротца”. Техника выполнения рисунки “до-за-до, шен, воротца”.

**Практика:** Выполнение рисунков “до-за-до, шен, воротца”.

### **Тема 6.3. Подготовительные движения на середине зала**

**Теория:** Правила выполнения разогревательных движений у станка, координация рук в изучении положения flatback. Tempssaute. Правила выполнения наклонов корпуса “кев”, выход из наклона «реализ”, обратное решение движений” Д”, наклоны корпуса “ бемс”

**Практика:** Выполнение всех разогревательных движений у станка, умение координировать движения рук в изучении положения flatback. Техническое выполнение Tempssaute. Выполнение наклонов корпуса “кев”, выход из наклона «реализ”, обратное решение движений” Д”, наклоны корпуса “ бемс”.

### **Тема 6.4. Упражнения лежа**

**Теория:** Характерные особенности упражнений в положении лежа в танце модерн. Правила их выполнения. Контемпр, большие броски, лодочка, чендж, пуш-ап.

**Практика:** Выполнение упражнений в положении лежа в танце модерн.

Контемпр, большие броски, лодочка, чендж, пуш-ап.

### **Тема 6.5. Основные танцевальные шаги и ходы**

**Теория:** Характерные особенности шагов по диагонали. Правила выполнения шагов по диагонали Правила выполнения вращений. Умение держать равновесие и точку при повороте. Джаз шаги. Джаз ходы. Характерные особенности шагов в джаз танце. Кросс, шага flatstep в чистом виде. Flatstep в plies. Правила их выполнения. Правила выполнения трехшагового поворота по прямой, трехшаговый поворот с пируэтом по прямой, трехшаговый поворот с пируэтом по диагонали. Flatstep в сочетании с работой плеч. Flatstep в сочетании с «восьмеркой» тазом. Grandbatman с двумя шагами по диагонали.

**Практика:** 1 шаг на 1 такт, 2 шага на 1 такт. Выполнение сроенных шагов” Триплет”, с работой рук и без рук. Выполнение простых вращений по точкам на середине зала, по диагонали. “Шенэ”, полуповороты в 5 поз с переходом на п.п.endehorns 2т 4/4. Выполнения шагов в джаз танце. Кросс, шага flatstep в чистом виде. Flatstep в plies. Выполнение трехшагового поворота по прямой, трехшаговый поворот с пируэтом по прямой, трехшаговый поворот с пируэтом по диагонали. Flatstep в сочетании с работой плеч. Flatstep в сочетании с «восьмеркой» тазом. Grandbatman с двумя шагами по диагонали.

### **Тема 6.6. Импровизация**

**Теория:** Импровизация – сочинение музыки, танцевальных движений, стихов в момент исполнения. Особенности импровизации – хореографические композиции, не подготовленные заранее.

**Практика:** Импровизация под музыку на заданную тему (идет дождь, изобразить животное, хорошее настроение).

### **Тема 6.7. Индивидуальная работа**

**Теория:** Индивидуальная работа с участниками.

### **Тема 6.8. Концертное выступление**

**Практика:** Репетиция со всеми готовыми реквизитами. Концертное выступление

**Методическое обеспечение занятий:** аудиозаписи, видеозаписи, атрибуты, детали костюмов.

**Форма занятий:** Традиционное, практическое, занятие-игра.

**Форма подведения итогов:** отчетный концерт

## Комплекс организационно-педагогических условий

### Календарный учебный график

#### Комплекс организационно-педагогических условий Календарный учебный график

		<b>Учебный год</b>		<b>Летний период*</b>	
<b>Дата (с какого по какое)</b>		с 01.09.2024г. по 31.05.2025г.		с 01.06.2025г. по 31.08.2025г.	
<b>Количество недель, дней</b>		39 учебных недель, 273 дня		13 недель, 92 день	
Учебный период Реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в системе персонифицированного финансирования				Итого недель, дней в учебном периоде	
<b>I полугодие</b>		<b>II полугодие</b>			
Период	Кол-во недель, дней	Период	Период	Кол-во недель, дней	
01.09.- 31.12.2024г.	17 недель, 122 дней	01.01.- 31.05.2025г.	01.09.- 31.12.2024г.	17 недель, 122 дней	
Сроки организации промежуточного и итогового контроля 20.12-28.12.2024г.; 23.05.-28.05.2025г.					
Учебный период Реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и образовательных проектов в летний период				Итого недель, дней в учебном периоде	
Период		Количество недель, дней			
01.06.-31.08.2025г.		13 недель, 92 день		13 недель, 92 день	
<b>Итого в учебный период с 01.09.2024г. по 31.08.2025г.</b>				<b>52 недель</b>	

### Кадровое обеспечение

В реализации Программы задействован педагог дополнительного образования, имеющий средне-специальное образование по профилю программы.

### **Интернет-ресурсы:**

[www.model-357.ru](http://www.model-357.ru) – Московская школа современного танца Model-357.

[www.idance.ru](http://www.idance.ru) – Российский танцевальный портал [www.model-357.ru](http://www.model-357.ru) –  
Московская школа современного танца Model-357.

[www.dancerussia.ru](http://www.dancerussia.ru) – Информационный танцевальный портал

### **Список использованных источников**

1. Азбука танцев. Донецк, 2004.
2. Бекина С.И. Музыка и движение. М., 1983.
3. Валукин Е.П. Проблемы наследия в хореографическом искусстве. М., 1992.
4. В.Костровицкая “100 уроков классического танца.”
5. Филатов С.В. От образного слова – к выразительному движению. М. 1993.
6. Н.Стуколкина“4 экзерсиса”
7. Н.Тарасов“Классический танец”
8. Н. Серебрянников “Поддержка в дуэтном”
9. Т. Васильева Секрет танца, С-П Золотой век 1997г.
10. Лисицкая Т. Ритм+пластика. М Физкультура и спорт1998г.
11. Шереметьевская Танец на эстраде, М. Искусство 1985г.
12. Эльявг Н, Образы танца, М. Знание 1970г.
13. Практический материал. Школа современного танца 2004 год