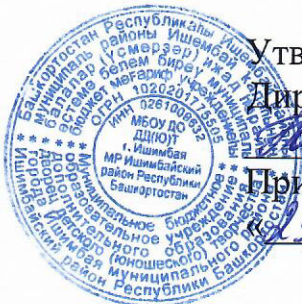


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
дворец детского (юношеского) творчества
города Ишимбая муниципального района Ишимбайский район
Республики Башкортостан

Принята на заседании
педагогического совета
«22» 08 2025 г.
Протокол № 41



Утверждаю:

Директор МБОУ ДО ДД(Ю)Т

Л.В. Богданова

Приказ № 193

«22» 08 2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Современная хореография»**

Уровень программы: базовый
Срок реализации: 2 года (360 ч.)
Возраст учащихся: 7-9, 10-12, 13-15 лет
Состав группы: до 15 человек
Форма обучения: очная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID номер в Навигаторе: 6522

Автор-составитель:
Галиева Анастасия
Дамировна,
педагог дополнительного
образования
первой квалификационной
категории

г.Ишимбай - 2025г.

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Современная хореография» составлена на основе:

1. Указа Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно нравственных ценностей»;
2. Указа Президента Российской Федерации от 08.05.2024 № 314 «Об утверждении Основ государственной политики страны в области исторического просвещения»;
3. Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 04.08.2023 N 4-3 (далее - 273-ФЗ);
4. Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»
5. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
6. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Распоряжения Правительства РФ от 23 января 2021 года №122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года»;
8. Паспорта приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам, протокол от 30.11.2016 № 11;
9. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
11. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вместе с «СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...»);
12. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении

санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685–21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

13. Постановления Правительства Республики Башкортостан от 01.10.2022 № 690 «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей в Республике Башкортостан до 2030 года».

14. Устава МБОУ ДО ДД(Ю)Т г. Ишимбай МР ИР РБ от 15.03.2021г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» имеет художественную направленность, базовый уровень.

После прохождения обучения по данной программе, каждый участник имеет право на доступ к обучению по другой направленности из представленных уровней, которое реализуется через организацию условий и процедур оценки изначальной оснащенности участника (где определяется та или иная степень готовности к освоению содержания и материала заявленного участником уровня).

Данная программа реализуется в МБОУ ДО ДД(Ю)Т по адресу: 453215, Республика Башкортостан, г. Ишимбай муниципальный район Ишимбайский район, проспект Ленина, дом 22.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, увеличилось число детей, страдающих различными заболеваниями, полученными в результате малоподвижного образа жизни. Поэтому детям школьного возраста крайне важно заниматься танцами. Танцы обеспечивают прямую осанку, что особенно важно, так как дети большую часть времени проводят в школе сидя за партой, а затем дома за выполнением домашнего задания. Для современного танца характерна многосторонность, универсальность и гибкость. Его можно танцевать в любой акустической среде (различные направления музыки, тишина, естественные звуки), комбинировать и объединять с другими танцевальными техниками и формами, создавая новые стили движения. В программе «Современная хореография» будет комбинироваться современная хореография с акробатикой.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что она ориентирована на детей, не обладающих специальной подготовкой. Занятия построены с учетом возрастных особенностей, используется принцип систематичности и постепенности (от простого к сложному). Современный танец работает с природной структурой тела, и, поэтому доступен начинающим. В то же время легкость и естественность движения, которую дает это направление танца, позволяет профессиональным танцорам открывать для себя новые грани. Акробатические упражнения развивают физические качества, учат детей владеть своим телом, что способствует предупреждению травматизма в самых неожиданных спортивных и жизненных ситуациях, так же воспитывают морально - волевые качества. У учащихся данные упражнения вызывают большой интерес своей красотой и

зрелищностью. Показ на публике или просто перед своими друзьями вызывают восторг, повышают самооценку выступающего и формируют дальнейшую потребность к занятиям. Систематические занятия сохраняют и развивают природную гибкость позвоночника, пластику, подвижность суставов, растяжку мышц и связок, формирование правильной осанки и укрепления мышц спины.

Новизна программы

Программа представляет синтез различных направлений хореографии: эстрадной и классической, народной и современной, которые позволяют осуществить комплексную хореографическую подготовку, что актуально в современном обществе. Но танец неотделим от природно-физической организации ребенка и его естественно-природных задатков, фактуры тела. Это привело к необходимости ввести в программу такое направление, как «Партерная техника». Таким образом, представленный в программе «Современная хореография» комплекс, его структура и взаимосвязь модулей является новизной. Развитие коммуникативной компетенции позволяет выпускникам программы представлять и отстаивать свою точку зрения, выработать уважительное отношение к ценностям других людей и сообществ.

Таким образом, программа «Современная хореография» представляет собой образец авторского творческого изменения преподавания, значительно отличается от существующих аналогов и позволяет достичь положительных результатов обучения, это подтверждается высокими результатами обучающихся, занимающих призовые места на конкурсах как муниципального, регионального, российского так и международного уровня.

Вид программы: по целевому обеспечению - общеразвивающая; по способу организации педагогического процесса - интегрированная, так как предусматривает тесное взаимодействие музыки, литературы, элементов танца и актёрского мастерства. Комплексное освоение искусства оптимизирует фантазию, воображение, артистичность, интеллект, то есть формирует способности, важные для любых сфер деятельности.

Объем и срок реализации программы.

Программа рассчитана на 2 года обучения. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы составляет 360 часа.

Адресат программы

Программа предназначена для детей 7-9, 10-12, 13-15 лет. В объединение принимаются все желающие, с предоставленной справкой о допуске к занятиям танцами. Зачисление производится на основании заявления родителей о приёме ребенка, согласия на обработку персональных данных и регистрации на портале «Навигатор дополнительного образования».

Условия формирования групп разновозрастные; допускается дополнительный набор на 2 год обучения, с предварительным просмотром физических данных.

Режим занятий

Для учащихся 7-9, 10-12, 13-15 лет первого года обучения занятия проходят 2 раза в неделю по 2 академических часа с 10 минутной переменой и 3 раза в неделю по 2 академических часа с 10 минутной переменой.

Один академический час для учащихся 45 минут, (на основании СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования).

Наполняемость в группах составляет 12 – 15 человек.

Форма обучения – очная. В период приостановки образовательной деятельности в связи с ростом заболеваемости населения вирусными инфекциями образовательный процесс организуется с применением дистанционных технологии.

Организационные формы обучения.

Группы формируются из обучающихся примерно одного возраста. Программа открыта и доступна для усвоения детям разных категорий здоровья и социального статуса.

1.2. Цель и задачи программы

Цель данной программы - развитие творческих способностей, коммуникативных и социальных компетентностей обучающихся средствами хореографического искусства.

Задачи

обучающие:

- ознакомить обучающихся с многообразием мира хореографического искусства, с историей развития хореографии;
- способствовать приобретению знаний в области хореографического искусства;
- познакомить обучающихся со стилевыми и специфическими особенностями танцев;
- способствовать приобретению исполнительских навыков классической, народной и современной хореографии;
- обучить составлению танцевальных комбинаций, инсценировок, танцев;
- формировать навыки участия в коллективной репетиционной работе и концертной деятельности.

воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности за коллектив при совместной работе;
- воспитывать художественный вкус и культуру исполнительского мастерства;
- формировать навыки творческого самовыражения;
- воспитывать активную гражданскую позицию, равнодушное отношение к жизни;

- развивать эмоционально-волевую сферу обучающихся;
- воспитывать культуру поведения, способность к сопереживанию, доброту и отзывчивость;
- воспитывать умение доводить начатое дело до конца;
- воспитывать чувство уважения к результатам труда своего и партнера;
- способствовать повышению духовного и нравственного развития;
- способствовать воспитанию важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- формировать потребность в ведении здорового образа жизни, сохранении и укреплении здоровья. развивающие:
- формировать устойчивый, целенаправленный интерес к хореографии;
- развивать навыки сценического поведения и исполнительства;
- развивать коммуникативные умения;
- развивать лидерские качества;
- развивать чувство ритма, темпа, хореографическую память;
- формировать музыкальность и артистичность;
- развивать двигательные функции, гибкость, пластичность, координацию движений, выносливость;
- развивать творческое воображение, фантазию, образное художественное мышление;
- способствовать развитию креативности мышления.

1.3. Содержание программы

Учебный план Первый год обучения 144 ч

№	Темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроль
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Инструктаж	1	-	1	Опрос
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	2	3	Показ упражнений.
3.	Ее Величество Музыка	1	1	2	Наблюдение, опрос.
4.	Введение акробатических элементов (развитие физических данных)	5	33	38	Показ упражнений
5.	Промежуточная аттестация	1	1	2	Зачет
6.	Партерная техника	6	22	28	Показ движений
7.	Рисунок танца	1	1	2	Наблюдение, опрос
8.	Играя, танцуем (ритмопластика)	0	6	6	Показ

					упражнений
9.	Актерское мастерство	0	4	4	Выполнение упражнений, наблюдение
10.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	0	56	56	Танцевальные номера, участие в мероприятиях
11.	Итоговое занятие	0	2	2	Наблюдение
	ИТОГО:	16	128	144	

Содержание учебного плана первого года обучения (144ч)

ТЕМА 1. Вводное занятие (Всего 1 час, практика - 0, теория - 1.)

Теория: Знакомство с залом, инструктаж по технике безопасности. Знакомство детей с историей коллектива.

ТЕМА 2. «Волшебное знакомство с танцем» (Всего 3 час, практика - 2, теория -1)

Теория: Различные виды танца.

Практика: Марш по кругу. Упражнение по диагонали, прыжки. Заучивание разминки.

ТЕМА 3. «Ее Величество Музыка» (Всего 2 часа, практика - 1, теория - 1)

Теория: Характер музыкального произведения. Темп. Динамические оттенки. Рисунок.

Практика: Творческие задания.

ТЕМА 4. «Введение акробатических элементов» (развитие физических данных) (Всего 38 часов, практика - 33, теория - 5)

Теория: Названия частей тела, названия упражнений, правила исполнения акробатических упражнений. Техника выполнения упражнений и элементов.

Практика: Упражнения на развитие силы мышц ног, рук. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса. Упражнения на укрепление позвоночника. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бёдер, ног. Упражнения на укрепление и развитие стоп. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса. Упражнения для тренировки равновесия. Прыжки. Статические и динамические упражнения (мосты и шпагаты, стойки, равновесия, упоры, перекаты и кувырки, полуперевороты, перевороты). Парные упражнения (упоры, стойки, равновесия). Групповые упражнения (равновесия, поддержки)

ТЕМА 5. Промежуточная аттестация (Всего 2 час, практика - 1, теория- 1.)

Второй блок

ТЕМА 6. «Партерная техника» (Всего 28 час, практика - 22, теория- 6.)

Теория: беседа о содержании, основных задачах и значении партерной техники. Знакомство с терминологией изучаемых упражнений. Техника исполнения и безопасность движений партера.

Практика: Освоение партерных переворотов, освоение стоек и равновесий, соединение и плавные переходы из одного упражнения в другое.

ТЕМА 7. «Рисунок танца» (Всего- 2 час, практика - 1, теория - 1.)

Теория: Движение по линии танца.

Практика: «Круг», «Колонна», «Линия». Перестроения.

ТЕМА 8. «Играя, танцуем» (Всего - 6 час, практика - 6, теория - 0.)

Практика: Игры «на ассоциации». Обыгрывание стихов. Освоение пространства. Ведущие/ведомые. Игра в импульсы. Импровизация. В парах – скульптор и статуя.

ТЕМА 9. Актерское мастерство (Всего - 4 час, практика - 4, теория - 0.)

Практика: Снятие зажимов, работа над мимикой.

ТЕМА 10. «Танцевальное ассорти» (Всего 56 час, практика - 56, теория - 0.) репетиционная постановочная работа).

Практика: Подготовка и отработка этюдов, мини- танцев, танцевальных номеров.

**Учебный план
Второй год обучения (144ч)**

№ п\п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Инструктаж	1	-	1	Опрос
2	Упражнения на середине		11	11	Наблюдение. Показ упражнений
3	Акробатическая подготовка(развитие физических данных)	6	44	50	Устный опрос. Практический показ
4	Импровизация	3	21	24	Наблюдение. Опрос.
5	Играя, танцуем (ритмопластика)	-	16	16	Показ упражнений
6	Промежуточная аттестация	-	2	2	Опрос
7.	Партерная техника	7	36	42	Показ упражнений
8.	Актерское мастерство	-	10	10	Выполнение упражнений, наблюдение
9.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	15	15	Танцевальные номера, участие в мероприятиях
10.	Итоговое занятие	-	2	2	Концерт
	ИТОГО:	17	127	144	

**Содержание учебного плана
Второй год обучения (144ч)**

ТЕМА 1. Инструктаж по технике безопасности. (Всего 1 час, теория - 1.)

Теория: Инструктаж по технике безопасности.

ТЕМА 2. Упражнения на середине. (Всего 11 час, практика – 11, теория – 0.)

Практика: Заучивание танцевальных комбинаций для разогрева. Комбинация прыжков.

ТЕМА 3. Акробатическая подготовка (развитие физических данных) (Всего 50 часов, практика - 44, теория - 6)

Теория: техника выполнения упражнений и элементов.

Практика: Перевороты. Колеса и его виды. Равновесия (боковое, фронтальное и с захватом ноги сзади). Прыжки (в шпагат и его варианты). Стойки на голове и руках. Стойки на предплечьях. Стойки на груди «Мексиканка». Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирования) с опорой и без опоры. Перевороты «тик-так» на предплечьях, на руках.

ТЕМА 4. «Импровизация» (Всего- 24 час, практика - 21, теория - 3).

Теория: Понятие «Контактная импровизация»

Практика: Парная работа с импульсами, на доверие. Импровизация в пространстве через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер). Передача веса-ладонь в ладонь, плечами, спиной, переходы между частями тела. Центр веса тела в поддержке. «Перетекание». Контакт – этюд «продолжи движение в дуэте».

ТЕМА 5. Играя, танцуем (Всего - 16 час, практика – 16, лекция – 0.)

Практика: Зеркало и Тень. Стань хореографом.

ТЕМА 6. Промежуточная аттестация (Всего - 2 час, практика – 2, теория- 0).

Практика: Зеркало и Тень. Стань хореографом.

Второй блок

ТЕМА 7. Партерная техника (Всего 42 час, практика - 36, теория- 7).

Теория: правила исполнения упражнений; правила техники безопасности при выполнении сложных элементов. Значение хорошей растяжки. Дыхание во время растяжки.

Практика: Партерные перекаты и упражнения- перекаты через одно плечо. Комплекс из изученных упражнений, чередующий статические упражнения с динамическими.

ТЕМА 8. Актерское мастерство (Всего - 10 час, практика - 10, теория - 0.)

Практика: Снятие зажимов, работа над мимикой.

ТЕМА 9. Танцевальное ассорти (Всего 15 час, практика – 15, теория – 0.)

Практика: Подготовка и отработка этюдов, мини- танцев, танцевальных номеров.

Учебный план Первый год обучения 216 ч

№	Темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроль
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Инструктаж	1	-	1	Опрос
2.	Волшебное знакомство с танцем	1	2	3	Показ упражнений.
3.	Ее Величество Музыка	1	1	2	Наблюдение, опрос.

4.	Введение акробатических элементов (развитие физических данных)	6	44	50	Показ упражнений
5.	Промежуточная аттестация	1	1	2	Зачет
6.	Партерная техника	6	36	42	Показ движений
7.	Рисунок танца	1	1	2	Наблюдение, опрос
8.	Играя, танцуем (ритмопластика)	0	6	6	Показ упражнений
9.	Актерское мастерство	0	4	4	Выполнение упражнений, наблюдение
10.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	0	102	102	Танцевальные номера, участие в мероприятиях
11.	Итоговое занятие	0	2	2	Наблюдение
	ИТОГО:	17	199	216	

Содержание учебного плана первого года обучения (216 ч)

ТЕМА 1. Вводное занятие (Всего 1 час, практика - 0, теория - 1.)

Теория: Знакомство с залом, инструктаж по технике безопасности. Знакомство детей с историей коллектива.

ТЕМА 2. «Волшебное знакомство с танцем» (Всего 3 час, практика - 2, теория -1)

Теория: Различные виды танца.

Практика: Марш по кругу. Упражнение по диагонали, прыжки. Заучивание разминки.

ТЕМА 3. «Ее Величество Музыка» (Всего 2 часа, практика - 1, теория - 1)

Теория: Характер музыкального произведения. Темп. Динамические оттенки. Рисунок.

Практика: Творческие задания.

ТЕМА 4. «Введение акробатических элементов» (развитие физических данных) (Всего 50 часов, практика - 44, теория - 6)

Теория: Названия частей тела, названия упражнений, правила исполнения акробатических упражнений. Техника выполнения упражнений и элементов.

Практика: Упражнения на развитие силы мышц ног, рук. Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса. Упражнения на укрепление позвоночника. Упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бёдер, ног. Упражнения на укрепление и развитие стоп. Упражнения на укрепление мышц плечевого пояса. Упражнения для тренировки равновесия. Прыжки. Статические и динамические упражнения (мосты и шпагаты, стойки, равновесия, упоры, перекаты и кувырки, полуперевороты, перевороты). Парные упражнения (упоры, стойки, равновесия). Групповые упражнения (равновесия, поддержки)

ТЕМА 5. Промежуточная аттестация (Всего 2 час, практика - 1, теория- 1.)

Второй блок

ТЕМА 6. «Партерная техника» (Всего 42 час, практика - 36, теория- 6.)

Теория: беседа о содержании, основных задачах и значении партерной техники. Знакомство с терминологией изучаемых упражнений. Техника исполнения и безопасность движений партера.

Практика: Освоение партерных переворотов, освоение стоек и равновесий, соединение и плавные переходы из одного упражнения в другое.

ТЕМА 7. «Рисунок танца» (Всего- 2 час, практика - 1, теория - 1.)

Теория: Движение по линии танца.

Практика: «Круг», «Колонна», «Линия». Перестроения.

ТЕМА 8. «Играя, танцуем» (Всего - 6 час, практика - 6, теория - 0.)

Практика: Игры «на ассоциации». Обыгрывание стихов. Освоение пространства. Ведущие/ведомые. Игра в импульсы. Импровизация. В парах – скульптор и статуя.

ТЕМА 9. Актерское мастерство (Всего - 4 час, практика - 4, теория - 0.)

Практика: Снятие зажимов, работа над мимикой.

ТЕМА 10. «Танцевальное ассорти» (Всего 102 час, практика - 102, теория - 0.) репетиционная постановочная работа).

Практика: Подготовка и отработка этюдов, мини- танцев, танцевальных номеров.

**Учебный план
Второй год обучения (216ч)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Инструктаж	1	-	1	Опрос
2	Упражнения на середине		11	11	Наблюдение. Показ упражнений
3	Акробатическая подготовка(развитие физических данных)	6	44	50	Устный опрос. Практический показ
4	Импровизация	3	21	24	Наблюдение. Опрос.
5	Играя, танцуем (ритмопластика)	-	16	16	Показ упражнений
6	Промежуточная аттестация	-	2	2	Опрос
7.	Партерная техника	7	36	42	Показ упражнений
8.	Актерское мастерство	-	10	10	Выполнение упражнений, наблюдение
9.	Танцевальное ассорти (репетиционно-постановочная работа)	-	57	57	Танцевальные номера, участие в мероприятиях
10.	Итоговое занятие	-	2	2	Концерт
	ИТОГО:	17	199	216	

Содержание учебного плана

Второй год обучения

ТЕМА 1. Инструктаж по технике безопасности. (Всего 1 час, теория - 1.)

Теория: Инструктаж по технике безопасности.

ТЕМА 2. Упражнения на середине. (Всего 11 час, практика – 11, теория – 0.)

Практика: Заучивание танцевальных комбинаций для разогрева. Комбинация прыжков.

ТЕМА 3. Акробатическая подготовка (развитие физических данных) (Всего 50 часов, практика - 44, теория - 6)

Теория: техника выполнения упражнений и элементов.

Практика: Перевороты. Колеса и его виды. Равновесия (боковое, фронтальное и с захватом ноги сзади). Прыжки (в шпагат и его варианты). Стойки на голове и руках. Стойки на предплечьях. Стойки на груди «Мексиканка». Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирования) с опорой и без опоры. Перевороты «тик-так» на предплечьях, на руках.

ТЕМА 4. «Импровизация» (Всего- 24 час, практика - 21, теория - 3).

Теория: Понятие «Контактная импровизация»

Практика: Парная работа с импульсами, на доверие. Импровизация в пространстве через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер). Передача веса-ладонь в ладонь, плечами, спиной, переходы между частями тела. Центр веса тела в поддержке. «Перетекание». Контакт – этюд «продолжи движение в дуэте».

ТЕМА 5. Играя, танцуем (Всего - 16 час, практика – 16, лекция – 0.)

Практика: Зеркало и Тень. Стань хореографом.

ТЕМА 6. Промежуточная аттестация (Всего - 2 час, практика – 2, теория- 0).

Практика: Зеркало и Тень. Стань хореографом.

Второй блок

ТЕМА 7. Партерная техника (Всего 42 час, практика - 36, теория- 7).

Теория: правила исполнения упражнений; правила техники безопасности при выполнении сложных элементов. Значение хорошей растяжки. Дыхание во время растяжки.

Практика: Партерные перекаты и упражнения- перекаты через одно плечо. Комплекс из изученных упражнений, чередующий статические упражнения с динамическими.

ТЕМА 8. Актерское мастерство (Всего - 10 час, практика - 10, теория - 0.)

Практика: Снятие зажимов, работа над мимикой.

ТЕМА 9. Танцевальное ассорти (Всего 57 час, практика – 57, теория – 0.)

Практика: Подготовка и отработка этюдов, мини- танцев, танцевальных номеров.

Планируемые результаты

В ходе реализации программы будет создано творческое содружество детей с преемственностью его участников.

Личностные. У обучающихся будут сформированы:

- положительная мотивация и устойчивый интерес к хореографическому искусству;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
- осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам и к коллективу, нравственное поведение;
- проявление коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности;
- проявление упорства и настойчивости в достижении результата;
- социальная устойчивость обучающихся к негативным факторам окружающей действительности, интерес к здоровому образу жизни.

Обучающиеся получают возможность для формирования:

- коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности;
- осознания значимости занятий хореографическим искусством для личностного развития.

Метапредметные

Познавательные: обучающийся сможет:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха;
- проявлять творчество и самостоятельность при решении учебной задачи;

Регулятивные:

обучающийся сможет:

- планировать и доводить начатое дело до конца в учебной деятельности;
- вносить коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера сделанных ошибок;

Коммуникативные: обучающийся сможет:

- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- находить выходы из конфликтных ситуаций.

Предметные

Обучающийся в конце обучения будет знать:

- особенности хореографического искусства, виды, жанры, стили танца;
- историю развития хореографии;
- упражнения на напряжение и расслабление мышц;

- правила поведения на сцене, технику безопасности;
- основные движения и отличия между разными танцевальными стилями и направлениями;
- тенденции развития хореографического искусства;
- особенности влияния костюма и музыки на танцевальное искусство;
- приемы артистичной выразительной;
- терминологию и правила выполнения классического танца.

Обучающийся в конце обучения будет уметь:

- владеть основами сценического движения;
- точно и правильно выполнять движения в эстрадном, современном танце;
- оперировать профессиональными понятиями;
- выполнять усложненные комбинации партерной гимнастики, сложные танцевальные и акробатические элементы;
- работать с информационными и документальными материалами при создании хореографического номера, шоу;
- выражать различные эмоциональные состояния;
- с помощью хореографической пластики передавать образ, характер танца;
- анализировать хореографические постановки, балетные спектакли;
- проявлять свою фантазию и творческий потенциал исполнителя;
- сочинять танцевальные этюды, импровизировать, планировать своё ролевое поведение на сцене.

Обучающийся в конце обучения приобретет навык:

- раскрепощения своего тела, избавления от «зажимов» и веры в происходящее на сцене;
- правильного дыхания;
- танцевального мастерства;
- совершенствования и поиска новых выразительных средств;
- проявления культуры поведения, ответственности, чувства товарищества, способности к сопереживанию.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная хореография» на 2025/2026 учебный год.

Год обучения группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения 1 группа	1.09.2025	31.05.2025	36	108	216	2 часа по 3 раза

1 год обучения 2 группа	1.09.2025	31.05.2025	36	108	216	2 часа по 3 раза
1 год обучения 3 группа	1.09.2025	31.05.2025	36	72	144	2 часа по 2 раза

Промежуточная аттестация:

- 1 группа 22.12.25г. в 16.30. Занятие-зачет «Я умею».
- 2 группа 22.12.25г. в 18.20. Занятие-зачет «Я умею».
- 3 группа 19.12.25г. в 14.40. Занятие-зачет «Я умею».

Итоговое занятие:

- 1 группа 20.05.25г. в 16.30. Отчетный концерт «История танца».
- 2 группа 20.05.25г. в 18.20 Отчетный концерт «История танца».
- 3 группа 22.05.25г. в 14.40. Отчетный концерт «История танца».

Календарный учебный график для каждой группы – Приложение 1

2.2. Условия реализации программы.

2.2.1. Материально-технические условия

Занятия проходят в специально оборудованном помещении, где есть: хореографические станки; музыкальная аппаратура; колонка; музыкальный носитель; спортивные маты; зеркала.

2.2.2. Информационное обеспечение:

Информационное обеспечение программы:

- аудиозаписи танцевальных композиций, видеоматериалы танцевальных спектаклей, отдельных концертных номеров.
- Интернет - источники, методическая литература хореографического содержания для педагога: книги, сборники, журналы, методические разработки.

2.2.3. Кадровое обеспечение

Программу «Современная хореография» реализует педагог дополнительного образования первой квалификационной категории Галиева Анастасия Дамировна. Педагогический стаж - 7 лет. Образование – высшее.

Требования к уровню подготовки педагога.

Для того, чтобы преподавать хореографию и определять возможности обучающихся в этом направлении деятельности, необходимо:

- изучить сущность хореографического искусства, его основных техник, особенностей, а также методик преподавания;

- знать исторические предпосылки возникновения танца, его развития как творческого вида деятельности;
- изучить стили, их особенности и требования к исполнителям;
- изучить особенности воздействия на слушателя.
- активно участвовать в реализации образовательных программ;
- проводить теоретические и практические занятия;
- организовывать репетиционный процесс;
- воспитывать у обучающихся музыкальный вкус и музыкальный такт; совершенствовать их дисциплинарные навыки, прямо связанные с повышением качества танцевального мастерства.

Охрана здоровья и жизни детей является частью творческого процесса. Для обеспечения необходимых условий педагог должен выполняться ряд требований:

- соблюдать оптимальный ритм работы и отдыха;
- на занятиях проводить расслабляющие упражнения, используя игровые методики;
- не допускать неоправданных нагрузок;
- остерегаться исполнения завышенного по трудности репертуара;
- проводить беседы с обучающимися о соблюдении правил личной гигиены; о правилах поведения на улице, в общественных местах и т.д.

2.3. Формы аттестации

В результате освоения программы происходит развитие личностных качеств, общекультурных и специальных знаний, умений и навыков, расширение опыта творческой деятельности. Контроль или проверка результатов обучения является обязательным компонентом процесса обучения: контроль имеет образовательную, воспитательную и развивающую функции. Кроме знаний, умений и навыков, содержанием проверки достижений является социальное и общепсихологическое развитие обучающихся, поскольку реализация программы не только формирует знания, но и воспитывает и развивает. Содержанием контроля является также сформированность мотивов учения и деятельности, такие социальные качества, как чувство ответственности, моральные нормы и поведение (наблюдение, диагностические методики).

Вводный контроль: осуществляется педагогом для определения начального уровня подготовки к занятиям хореографией: физические и музыкальные данные (гибкость, выворотность, чувство ритма).

Текущий контроль (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки. Формами контроля являются: опрос (требования и правильность использования специальной терминологии), творческое выполнение практических заданий, просмотр, анализ выполненного задания. Контроль усвоенных знаний и навыков осуществляется в каждом разделе во время

проведения контрольно-проверочных мероприятий. На усмотрение педагога контроль может также осуществляться по каждой теме.

Промежуточная аттестация проводится в конце полугодия с целью выявления уровня освоения обучающимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе оценивается: правильность исполнения, движений, техничность, активность, уровень физической нагрузки, знание теоретической и практической части, творческий подход, артистичность.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года на творческом выступлении. Основными показателями освоения программного материала являются результаты показа отчётного концерта, шоу, праздника, участия обучающихся в хореографических фестивалях и конкурсах различного уровня, в концертных мероприятиях и продолжение обучения выпускников в учебных заведениях хореографической направленности.

Формы оценки качества знаний:

- просмотр;
- исполнение репертуара;
- устный опрос;
- участие в концертных мероприятиях ДД(Ю)Т и города;
- участие в танцевальных конкурсах и фестивалях различного уровня.

2.4. Оценочные материалы.

В рамках реализации программы дополнительного образования важно отслеживать результативность проведенной работы. Это позволяет отследить динамику развития учащихся, определить трудности и систему работы над ними, а также провести анализ проделанной работы в целом. Результаты освоения программы проверяются индивидуально в зависимости от возраста, способностей, психофизиологических особенностей обучающихся. В работе используются следующие методы: наблюдение (внешнее/включенное), беседа, анкетирование, анализ видеозаписей. Формы и способы фиксации результата: документы подтверждающие достижения (грамоты, дипломы и др.), тесты, анкеты. Способами проверки результативности обучения по данной программе являются выявление и фиксация педагогами на протяжении всего периода обучения положительной динамики развития обучающихся.

2.5. Методическое обеспечение

В работе с обучающимися педагог следует принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала.

Весь процесс обучения построен от простого к сложному и учитывает индивидуальные особенности обучающегося: физические, музыкальные, интеллектуальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

Преподаватель должен добиваться от обучающихся грамотного, техничного и выразительного исполнения танцевальных движений, умения определять средства музыкальной выразительности.

Успешной реализации поставленных целей и задач можно добиться, исходя из следующих *принципов*:

- от простого к сложному;
- дифференцированность и вариативность;
- демократический стиль общения. Отношения педагога с учащимися строятся на взаимоуважении и взаимопонимании; в доверительной форме проводятся беседы на волнующие учащихся личные темы;
- сотрудничество с творческими коллективами. Регулярные совместные концерты;
- использование дополнительных образовательных форм: посещение концертов, просмотр видеоматериалов, использование интернетресурсов.

Методы обучения.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- Методы организации образовательного процесса обучения по источнику получения знаний:
 - словесные (рассказ, объяснение, беседа, инструктаж, диспут);
 - наглядные (демонстрация, показ, просмотр);
 - практические (упражнения, самостоятельные и практические работы, импровизации, конкурсы, зачёты);
 - репродуктивные;
 - игровые.

Методы воспитания:

- убеждение,
- побуждение,
- поощрение,
- стимулирование,
- мотивация.

При реализации программы используются следующие *педагогические технологии*:

- игровые технологии;
- технология индивидуализации обучения;
- группового обучения,
- технология коллективной творческой деятельности,
- информационные и коммуникационные технологии (ИКТ);
- технологии дистанционного обучения.

Педагогические принципы реализации программы:

- принцип единства художественного и технического развития танцевального искусства;
- принцип гармонического воспитания личности;

- принцип постепенности и последовательности в овладении современной хореографии, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья сохранения здоровья ребенка;
- принцип творческого развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности – природосообразности ребенка;
- принцип индивидуального подхода;
- принцип практической направленности.

Формы занятий:

- учебное занятие;
- репетиция;
- тренинг;
- концерт;
- урок – сообщение;
- видеоурок;
- участие в конкурсах, фестивалях;
- промежуточная аттестация;
- итоговое занятие.

Психолого-педагогические и методические требования к реализации программы:

- максимальное проявление внимания к каждому ребёнку, выявление и реализация его индивидуальности через хореографическое исполнительство;
- создание творческой, психологически комфортной атмосферы занятий;
- реализация танцевально-исполнительского потенциала учащихся.

Основные показатели эффективности реализации программы:

- высокий уровень мотивации учащихся к хореографическому исполнительству;
- творческая самореализация учащихся, участие в смотрах – конкурсах, фестивалях, культурно – массовых мероприятиях.

Алгоритм занятия

Каждое занятие строится по универсальной схеме:

- разогрев;
- партерная техника;
- ОФП;
- репетиционно-постановочный материал.

План работы при разучивании репертуара

- Беседа, Знакомство с треком, название, авторы композиции, перевод текста если в этом есть необходимость.
- Обсуждение характера и содержания трека. Остановка на непонятных музыкальных местах.
- Выбор и постановка сюжета постановки.
- Постановка технических движений под счет, под музыку.

- Работа над музыкальностью.
- Синхронное исполнение танца.

2.6 Рабочая программа воспитания

Цель - создание условий для самореализации и творческого развития высоконравственной, образованной, социально мобильной, физически и психически здоровой, востребованной в современном обществе личности.

Задачи воспитания:

- способствовать формированию гражданственности и патриотизма через усвоение общечеловеческих ценностей, культурных, духовных традиций;
- способствовать воспитанию нравственной культуры, основанной на самовоспитании и самосовершенствовании;
- способствовать сохранению и укреплению здоровья, формированию культуры безопасности жизнедеятельности;
- способствовать развитию и реализации творческого потенциала детей, развитию коммуникативных способностей, стремлению к самореализации.

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

- формирование активной гражданской позиции, патриотизма;
- формирование коммуникативной компетентности, способности к эффективному межличностному взаимодействию, совместной работе в коллективе и группе;
- формирование у учащихся культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья;
- формирование высокой и устойчивой самооценки, чувства собственного достоинства.

Работа с коллективом обучающихся

При работе с детским коллективом очень важны отношения детей в коллективе. Коллективная работа способствует не только всестороннему эстетическому развитию, но и формированию нравственных качеств детей. Одна из задач педагога - создать комфортный микроклимат.

Значимым моментом при работе с детским объединением является воспитательная работа. Главным звеном этой работы является создание и укрепление коллектива. Этому способствуют общие занятия по изучению хореографического искусства, подготовка и проведения праздников, концертов, поездки на фестивали и конкурсы.

Руководитель хореографического коллектива должен быть не только руководителем, но и стать другом учащихся. «Быть старшим среди равных...». Совместная деятельность, общее времяпрепровождение помогает детям по-новому узнать сотрудничающих с ними взрослых.

В нашем коллективе существует традиция проводить тематические вечера с чаепитием. Ребята готовят хореографические, юмористические номера. Это может быть индивидуальный или групповой номер, но работа над ним идёт самостоятельно. Очень часто, во время чаепития, заходит

разговор о здоровом образе жизни, о внешнем облике, о взаимоотношениях друг друга.

Работа с родителями

Работа с родителями строится на партнёрских отношениях. Создаётся единая система воспитания ребёнка в образовательном учреждении и семье. Родители помогают в организации хореографических номеров, шоу. Их помощь сводится не только к изготовлению реквизита, пошиву костюмов, но и непосредственному участию. Совместная деятельность с детьми даёт возможность взрослым лучше понять друг друга. Это повышает психолого-педагогический уровень родителей.

Календарный план воспитательной работы на 2025-2026 уч. год

№ п/п	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
I	Воспитание в детском объединении		
1	«Главное в танце»	Урок мира	сентябрь
2	«День танца»	Мини-концерт	октябрь
3	«Знатоки правил пожарной безопасности»	Викторина	декабрь
4	«Твой безопасный путь!»	Мультимедийный урок	январь
5	Тематическая неделя «Внимание, опасность»	Консультация	март
6	«История танца»	Отчетный концерт	май
II	Взаимодействие с родителями		
1	Ознакомительно-информационная программа	День открытых дверей	сентябрь
2	«К новым вершинам!»	Родительское собрание	сентябрь
3	Празднование Дня матери	Концертная программа	ноябрь
4	«Зимушка, зима»	Совместный концерт	январь
5	«Праздник воинской славы. Весн и красоты»	Праздничный концерт	март
6	«Творчество в наших сердцах»	Итоговый концерт	май
III	Воспитание в детском объединении		
1	«Цвети мой край Башкортостан!» Муниципальный	Творческое выступление	октябрь

	конкурс		
2	«Мы вместе – в этом наше богатство!»	Праздничное мероприятие	ноябрь
3	«Семейные хлопоты»	Предновогодняя ярмарка	декабрь
4	«Всё для наших пап»	Творческий конкурс	февраль
5	«Мы рисуем счастье»	Праздничный концерт	март
6	«День победы»	Творческое выступление	май

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список основной литературы для педагога:

1. Ермак Н.И. Образовательная программа дополнительного образования детей. Волшебный мир танца. Методическое пособие для образовательных организаций. - М.: ООО «Вилена», 2017г.-55с.
2. Калашникова Т.И. Ритмика и хореография в педагогическом колледже. - И.: Тускарора, 2015г.-89с.
3. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений. Пособие для музыкальных руководителей, ДОУ. - М.: издательство «Гном и Д», 2012.
4. Настюков Г. А. Сюжетный танец. - М.: Профиздат, 2016г.-134с.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 2016г.-192с.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студ. вузов культуры и искусств. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
7. Лифиц И.В. Ритмика: учебное пособие для студентов средних и, высших пед. учеб. заведений.- М.: Издательский центр «Академия», 2019г.-147с.

Список дополнительной литературы для учащихся:

1. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия холдинг, 2018г. – 120с.
2. Роот З.Я. Танцевальный калейдоскоп. Авторские композиции для детей старшего дошкольного возраста (5-7лет). - М.: «Аркти», 2014.-55с.
3. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Выпуск 2. Учебное пособие.- С.-Пб.: «Музыкальная палитра», 2015г.-122с.
4. Слуцкая СЛ. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка - Пресс, 2016г.-178с.

Интернет-ресурсы:

- http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1- о методике партерного экзерсиса - «Методика работы с детьми.
- Методическое пособие «От ритмики к танцу».
- <https://pandia.ru/text/78/022/8557.php> Методика комплексной хореографической подготовки акробатов парно-групповых упражнений
- Международный танцевальный журнал. – Режим доступа: www.danceinternational.org.
- Мир джазового танца. – Режим доступа: www.offjazz.com.
- Официальный сайт танцевальной компании «Каннон Данс». – Режим доступа: <https://www.kannondance.ru>.
- Центр хореографии А. Прельжокаж. – Режим доступа: <https://www.preljocaj.org>.