

Муниципальное казенное учреждение Управление образования  
администрации Калтанского городского округа  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Дом детского творчества»

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол от 30.05.2023 № 4

Утверждена  
приказом МБУ ДО  
«Дом детского творчества»  
от 30.05.2023 № 177/1



Подписан: Николаева Екатерина  
Олеговна  
DN: C=RU, OU="ИНН  
4222006674, ОГРН  
1024201856876", O="МБОУ ДО ""  
Дом детского творчества"",  
CN=Николаева Екатерина  
Олеговна, E=ddtkaltan@yandex.ru  
Дата: 2023.05.30 16:47:44+07'00'

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа художественной  
направленности  
**«Студия современного танца»**

Возраст учащихся – 5-7 лет;  
Срок реализации – 1 год

Составитель:  
Орлова Ксения Владимировна,  
педагог дополнительного  
образования МБУ ДОДДТ

Калтан  
2023

## *Содержание*

<b>Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы</b>	
Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы	5
Содержание программы	6
Планируемые результаты освоения программы	12
<b>Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий программы</b>	
Календарный учебный график	13
Условия реализации программы	14
Формы аттестации / контроля	15
Оценочные материалы	16
Методические материалы	18
Перечень информационно-методических материалов, литературы	19

## Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы

### Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Студия современного танца» разработана с учётом следующих нормативно-правовых документов и рекомендаций:

- - Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- - Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- - приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- - письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей)
- - СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- - СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- - Уставом учреждения;
- - Положением о структуре и содержании дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУ ДО ДДТ.

**Основные идеи**, на которых базируется программа - ориентирована на творческое воспитание, развитие хореографических способностей.

**Возраст учащихся** 5-7 лет.

Число детей одновременно находящихся в группе составляет от 12 до 15 человек.

Продолжительность образовательной программы по учебному плану в часах составляет 36 часов.

**Сроки освоения программы** – 1 год

**Режим занятий** – 1 раз в неделю по 1 часу.

**Форма обучения:** очная.

**Язык реализации программы** - государственный язык РФ.

**Уровень освоения:** стартовый.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные

движения современного, классического, народного танца, что способствует развитию танцевальности учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

Классический танец воспитывает строгий вкус, чувство меры, благородную, сдержанную манеру исполнения. Народный танец является одним из средств выражения самобытности народа, его духа, характера, традиций, а современный танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Современный танец в отличие от классического впитывает в себя все сегодняшнее, он подвижен и непредсказуем, не хочет обладать какими-то правилами и канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, одним словом, создает новую пластику. Именно поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Программа дана по годам обучения. На каждом этапе обучения дается материал по основным пяти разделам: 1) ритмика и музыкальная грамота, 2) азбука классического танца, 3) элементы народного танца 4) современный танец. Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танца.

В первый раздел включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя учащихся в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третий раздел элементы народного танца включены танцы разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы.

В четвертый раздел это современный танец.

## Цель и задачи программы

**Цель:** формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала посредством овладения техниками танца.

**Задачи:**

- познакомить учащихся с современной хореографией; •
- способствовать развитию творческого потенциала и художественного вкуса детей; •
- способствовать развитию у учащихся координации движений, гибкости, выносливости, силы посредством танца; •
- содействовать социальной адаптации и предпрофильной ориентации учащихся.

**Содержание программы  
Учебно- тематический план**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<i>Вводное занятие</i>	1	1		<i>Инструктаж в журнале</i>
2	<i>Ритмика и музыкальная грамота</i> <u>Теория.</u> Простейшая терминология хореографии. Понятия позиций рук и ног, наклонов поворотов, основных танцевальных движений классического и современного танца. <u>Практика.</u> Растяжки и гимнастические упражнения. Упражнения продольную и поперечную растяжку мышц ног. Упражнения на растяжку мышц спины, и на гибкость позвоночника. Упражнения на растяжку плечевого пояса. Силовые упражнения на мышцы брюшного пресса, спины , ягодиц, ног, рук	19	4	15	<i>Открытый урок</i>
2.1	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).		1	3	
2.2	Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);		1	3	
2.3	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.		1	3	
2.4	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.		1	3	Промежуточная диагностика
2.5	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для			2	Открытое занятие наблюдение 6

	профилактики плоскостопия.				родителей
<b>3</b>	<b><i>Основы классического танца</i></b> <u>Теория.</u> Знакомство с темой и содержанием концертного номера. Пояснения к образу, характеру исполнения. <u>Практика.</u> Постановочная работа. Подбор музыкального материала, построение комбинаций, построение рисунка танца и т.д.	24	2	22	Экзерсис у станка
3.1	Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV		1	2	
3.2	Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II			2	
3.3	Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног			2	
3.4	Portdebras в сторону, назад в сочетании с движениями рук			2	
3.5	Plie (полуприседания) во всех позициях			2	
3.6	Grands plie в I, II, V, IV позициях			2	
3.7	Battement tendu (выведение ноги на носок)			4	
3.8	Battements tendus jets (маленькие броски)			2	
3.9	прыжки на I, II и V позициях (tempsleve)		1	4	
<b>4</b>	<b><i>Народный танец</i></b> Упражнения плечами – по одному, по два. Упражнения кистями рук – сжать-разжать, круговые упражнения кистями. Чередование упражнений изученных ранее под музыку. Позиции ног.	13	2	11	Открытый урок
4.1	Позиции ног. Положение стопы и подъема.		1	1	

4.2	Позиции и положения рук. Движение кисти.		1	1	
4.3	Ковырялочка без подскоков			1	
4.4	Припадание на месте, с продвижением в сторону			2	
4.5	“Косичка”.			2	
4.6	«Веребочка» простая			2	
4.7	“Маятник”			2	
<b>5</b>	<b><i>Азбука классического танца</i></b> Позиции ног. Положение стопы и подъема. Позиции и положения рук. Движение кисти.	<b>4</b>		<b>4</b>	<b><i>Экзерсис у станка</i></b>
5.1	Demi-plis u grand- plis (полуприседания и полные приседания)			1	
5.2	Battements tendus(скольжение стопой по полу)			1	
5.3	Grand battements Jets (большие броски)			1	
5.4	Rondejamberarterre (круговые скольжения по полу)			1	
<b>6</b>	<b><i>Современный танец</i></b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	
6.1	История развития современного танца, основные направления современного танца.	1	1		
6.2	Положение рук в танце модерн	1		1	
6.3	Повороты и наклоны головы + Sundari Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: - подъем одного-двух поочередно вверх; - движение плеч вперед-назад; - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно;	2		2	

	- шейк плеч.				
6.4	Шаги примитива Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)	2		2	
6.5	Plie с различными движениями рук	1		1	
6.6	Battement tandu et Battement tandu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions)	2		2	
6.7	Battementfendu во всех направлениях	2		2	
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>62</b>	

**1. Вводное занятие.** Знакомство с учащимися. Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности. Культура поведения на учебных занятиях.

**2. Ритмика и музыкальная грамотность:**

*Теория.*

Простейшая терминология хореографии. Понятия позиций рук и ног, наклонов поворотов, основных танцевальных движений классического и современного танца. Понятия темпа, ритма, музыкального размера. Названия частей тела, названия упражнений, основные понятия гимнастики (растяжка, гибкость, и т.п.), правила исполнения акробатических упражнений («мост», «колесо», и т.п.).

*Практика.*

Растяжки и гимнастические упражнения.

Упражнения продольную и поперечную растяжку мышц ног. Упражнения на растяжку мышц спины, и на гибкость позвоночника. Упражнения на растяжку плечевого пояса.

Силовые упражнения на мышцы брюшного пресса, спины, ягодиц, ног, рук. Упражнения на координацию, на ориентацию движений. Изучение простейших движений ног и рук, головы, корпуса отдельно, затем координация одновременной работы. Работа над «изолированным» движением различных частей тела.

Разучивание акробатических упражнений.

«Колесо», «мост», перевороты вперед и назад и т.п. В данном разделе особенно важно ориентироваться на уровень подготовки учащихся.

Разучивание танцевальных цепочек. Разучивание отдельных небольших комбинаций, варианты их объединения в более крупные формы.

Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп). Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу); Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног. Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.

### **3. Основы классического танца.**

#### *Теория.*

Знакомство с темой и содержанием концертного номера. Пояснения к образу, характеру исполнения.

#### *Практика.*

Постановочная работа. Подбор музыкального материала, построение комбинаций, построение рисунка танца и т.д.

Репетиционная работа. Отработка рисунка танца, точности движений, пластики, музыкальности. Работа над образом. Поклон. Позиции ног – I, II, III, IV; Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II; Releve на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног; Portdebras в сторону, назад в сочетании с движениями рук; Plie (полуприседания) во всех позициях; Grandsplie в I, II, V, IV позициях; battement tendu (выведение ноги на носок); Battement tendus jets (маленькие броски); прыжки на I, II и V позициях (temps leve);

**4. Народный танец.** Упражнения плечами – по одному, по два. Упражнения кистями рук – сжать-разжать, круговые упражнения кистями. Чередование упражнений изученных ранее под музыку. Позиции ног. Положение стопы и подъема; Позиции и положения рук. Движение кисти; Ковырялочка без подскоков; припадание на месте, с продвижением в сторону; «Косичка»; «Веревочка» простая; «Маятник»

**5. Азбука классического танца.** Позиции ног. Положение стопы и подъема. Позиции и положения рук. Движение кисти. Demi-plis и grand-plis (полуприседания и полные приседания); Battement tendus (скольжение стопой по полу); Grand battements Jets большие броски); Ronde jambeparterre (круговые скольжения по полу); Чередование упражнений изученных ранее под музыку. Навыки поведения на сцене, показательные выступления за период обучения.

**6. Современный танец.** История развития современного танца, основные направления современного танца. Положение рук в танце модерн. Повороты и наклоны головы + Sundari Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: - подъем одного-двух поочередно вверх; - движение плеч вперед-назад;

- твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" - круги поочередно; - шейк плеч. Шаги примитива Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Plie с

различными движениями рук. Battementtandue tBattementtanduiete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions).

## **Планируемые результаты реализации программы**

Результатами в соответствии с поставленными задачами является:

### **ПРЕДМЕТНЫЕ:**

• знание учащимися основных терминов и понятий современной хореографии;

• умение учащихся самостоятельно выполнять основные приёмы танца;

### **ЛИЧНОСТНЫЕ:**

• развитый интерес учащихся к хореографическому исполнительству;

• выраженные у учащихся качества аккуратности, усидчивости, терпения;

• наличие у учащихся творческого отношения к занятиям, эстетического восприятия мира, музыкального вкуса.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ:**

• развитость у учащихся творческий потенциал и художественный вкус;

• развитость у учащихся координацию движений, гибкость, выносливость, силу посредством танца

## **Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий программы**

*Форма обучения:* очная.

*Язык реализации программы* - государственный язык РФ.

### **Календарный учебный график**

**Количество учебных недель – 36.**

**Количество учебных дней –36.**

**Продолжительность каникул – отсутствуют.**

**Даты начала и окончания учебных периодов / этапов – начало обучения по программе с 10 сентября, окончание обучения 10 июня.**

## **Условия реализации программы**

### ***1. Материально-техническое обеспечение:***

Оборудованный хореографический зал (стол для педагога, информационные плакаты, схемы, магнитная доска, станки, гимнастические коврики).

Технические средства обучения (ноутбук, колонки).

### ***1. Информационное обеспечение:***

Учебно-методическое обеспечение (дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, пособия, учебно-методический комплекс: дидактические материалы, плакаты, видеотека, методические рекомендации, сборники материалов).

### ***2. Кадровое обеспечения:***

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт) код А и В с уровнями квалификации 6, обладающий профессиональными компетенциями в предметной области.

## **Формы аттестации / контроля**

- 1. *Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов***  
– зачеты, экзерсис у станка.
- 2. *Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов*** – открытый урок.

## Оценочные материалы

За период обучения в хореографическом коллективе воспитанники получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой два раза в год.

Основными видами контроля успеваемости являются:

- текущий контроль успеваемости
- промежуточная аттестация
- итоговая аттестация.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются:

- систематичность
- учет индивидуальных особенностей.

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, на повышение уровня освоения текущего материала.

Промежуточная аттестация учащихся проводится в конце первого полугодия, учебного года, как результат освоения материала за соответствующий период обучения. Промежуточная аттестация определяет, на сколько успешно происходит развитие учащегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Формы промежуточной аттестации:

- контрольный урок
- открытый урок.

Освоение программы завершается итоговой аттестацией. Итоговая аттестация проводится в виде концерта для родителей. Итоговая аттестация при сопоставлении с исходным промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня.

Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации устанавливаются годовым учебным графиком (Приложение 1).

Содержание разделов программы предполагает вариативность использования учебного материала.

Данная программа предусматривает систематическое и последовательное обучение, ориентирована на работу с учащимися независимо от наличия у них специальных физических данных.

Критерии оценок знаний учащихся по подготовке концертных номеров: • Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. • По итогам исполнения программы на просмотре, концерте, конкурсе выставляется оценка по уровням:

Оценка	Критерии оценивания выступления
высокий	Технически качественное и художественно-осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
Средний	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном).
низкий	исполнение с большим количеством недочётов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в хореографических постановках и т.д.
Зачет(без отметки)	Отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

### Методические материалы

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

**Д** – демонстрационный экземпляр (не менее одного на класс)

**К** – полный комплект (на каждого ученика класса)

**Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее одного на двух учеников)

**П** – комплект для работы в группах (один на 5-6 учащихся)

<i>Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения</i>	<i>количество</i>	<i>примечание</i>
<i>Дополнительная литература</i>		
Нормативные документы различного уровня и локальные акты		
<i>Дополнительная литература</i>		
- Т.А. Зяткина, Л.В. Стрепетова «Музыкальная ритмика», учебно-методическое пособие. – М.: Глобус, 2009г	<b>1</b>	
«Художественное движение» И.Е.Кулагина, М., 2006г.;	<b>1</b>	
«Азбука хореографии» Т.Барышникова, М., 2008г.;	<b>1</b>	
- «Ритмика – музыкальное движение» С.Руднева, Э.Фиш, М., 2008г.;	<b>1</b>	
<i>Интернет-ресурсы:</i>		
<a href="http://www.pomochnik-vsem.ru/">http://www.pomochnik-vsem.ru/</a> - <a href="http://www.miniteatr.com">www.miniteatr.com</a> <a href="http://dancehelp.ru/">http://dancehelp.ru/</a> <a href="http://www.ortodance.ru/">http://www.ortodance.ru/</a>		
<i>Технические средства обучения</i>		
Музыкальный центр	<b>1</b>	

## Перечень информационно-методических материалов, литературы

1. Акулова Н.В. Классический тренаж в коллективе народного танца (метод.Письмо). – НМЦ, 2007.
2. Анисимов В.П. Диагностика музыкальных способностей детей: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004.-128 с.
3. Базарова Н.П. Классический танец. – Л.: Искусство,2009.
4. Базарова Н.П. и Мей В.П. Азбука классического танца Л - М.,2009.
5. Батырев А., Бурцева Г. Композиция танца. – Барнаул, НМЦ, 1991. – 34 с.
6. Буйлова Л.Н., Буданова Г.П. Дополнительное образование: норматив.док. и материалы. — М.: Просвещение,2008.
7. Буренина А.И. Коммуникативные танцы-игры для детей: Учеб. пособие.- СПб.:Издательство «Музыкальная палитра»,2004.-36с.
8. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л.: Искусство. 2008.
9. Голованов В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования: учеб. Пособие для студ. учреждений сред.проф. образования. — М.: ВЛАДОС, 2009.
10. 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,2009.
11. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: учеб. пособие для студ. хореограф.фак. вузов культуры и искусств / Г.П. Гусев. - М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС,2009.
12. Дополнительное образование детей: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. Вып. 3. — М.: Народное образование, 2007.
13. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманьянц Е. Народно-сценический танец. М., 2008.
14. Зимина А.Н.образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет-М.,2009.
15. Ильина Г.А. Особенности развития музыкального ритма у детей- 2008.