

Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования города Набережные Челны  
«Детская школа хореографии № 3»

«Принято»  
Педагогическим советом  
протокол от 29.08.2022 г. № 1



Введено приказом от 31.08.2022 г. № 75  
Директор МАУДО ДШХ № 3  
Н.И. Аникина

**Рабочая программа**  
художественной направленности  
по предмету «Современная хореография».  
Для учащихся 2а класса, 2 года обучения.  
Возраст: 8- 9 лет

Составитель:  
Шишаева Лилия Галиевна,  
преподаватель высшей  
квалификационной категории

«Рассмотрено»  
На заседании МО, протокол от 29.08.2022 г. № 1  
Руководитель МО И.Н. Алекперова

«Согласовано»  
И.о. зам. директора по УВР О.Ю. Ипатова

г. Набережные Челны  
2022г.

Рабочая программа предмета «Современная хореография» для 2 класса Детской школы хореографии (далее – Рабочая программа) составлена на основе дополнительной образовательной общеразвивающей программы «Хореографическое искусство» для 1х-7х классов ансамбля танца «Соцветие».

Программа рассчитана на 34 часа в год, по 1 часа в неделю.

Содержание программы направлено на изучение танцевальных движений упражнений современной системы танца. Эти упражнения последовательны, имеют определённую форму, тренируют мышцы детей, совершенствуют координацию движений, придаётся лёгкость и непринужденность движениям. Данная программа предназначена для занятий детей в хореографическом ансамбле, где дети получают правильную систематическую подготовку.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический материал, направленный на изучение народно-сценического танца с учетом психических и физиологических особенностей воспитанников. В течение года проводится текущий контроль, промежуточная аттестация согласно Положению о формах периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

#### **Требования к уровню подготовки обучающихся**

В результате освоения программы 2 класса, учащиеся должны приобрести следующие ЗУН:

##### **В области личностных результатов:**

- Обобщенное представление об эстетических идеалах, художественных ценностях танцевального искусства;
- Инициативность и самостоятельность в решении разноуровневых учебно-творческих задач;
- Эмоциональная отзывчивость и заинтересованность отношения к искусству хореографии;
- Умение рассуждать, выдвигать предположения, обосновывать собственную точку зрения о художественных явлениях социума;
- Соответствующий возрасту уровень культуры восприятия танцевального искусства во всем разнообразии его видов, основных форм и жанров;
- Сформированные навыки проектирования индивидуальной и коллективной художественно – творческой деятельности;
- Контроль собственных учебных действий и самостоятельность в постановке творческих задач;
- Активность по отношению к личностным достижениям в области хореографии;
- Участие в учебном сотрудничестве и творческой деятельности на основе уважения к художественным интересам сверстников

##### **В области метапредметных результатов:**

- Понимание роли хореографии в становлении духовного мира человека, культурно – историческом развитии современного социума;
- Развитие устойчивой потребности в общении с хореографическим искусством в собственной внеурочной и внешкольной деятельности;
- Самостоятельность при организации содержательного и увлекательного культурного досуга;
- Соответствующий возрасту уровень духовной культуры и уравновешенность эмоционально волевой сферы;
- Оригинальный, творческий подход к решению различных учебных и реальных, жизненных проблем;

- Расширение сферы познавательных интересов, гармоничное интеллектуально – творческое развитие;
- Усвоение культурных традиций, нравственных эталонов и норм социального поведения;
- Эстетическое отношение к окружающему миру

**В области предметных результатов:**

**знать:**

- единые требования о правилах поведения в хореографическом классе;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- хореографические названия изученных элементов современного танца;
- основные направления танца модерн;
- основные растяжки в современной хореографии;
- особенности исполнения современного танца.

**уметь:**

- выполнять заданные движения под музыку;
- координировать свои движения;
- выполнять более сложные упражнения в маленьких комбинациях;
- держать корпус подтянутым.

## Содержание учебного плана

| Название раздела              | Краткое содержание  | Количество часов |
|-------------------------------|---|------------------|
| На середине                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения на напряжение и расслабление мышц тела</li> </ul>   | 2                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава</li> </ul> | 2                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов</li> </ul>  | 2                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения на укрепление мышц брюшного пресса</li> </ul>   | 3                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения на улучшение гибкости позвоночника</li> </ul>   | 2                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра</li> </ul>                 | 2                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения на улучшение гибкости коленных суставов.</li> </ul>   | 2                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы</li> </ul>          | 2                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага</li> </ul>   | 3                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• упражнения на исправление осанки</li> </ul>  | 3                |
| Упражнения для развития тела: | <ul style="list-style-type: none"> <li>• эстрадные прыжки:</li> </ul>   | 3                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• эстрадные комбинации</li> </ul>  | 3                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• акробатические упражнения (шпагат, мостик, колесо)</li> </ul>  | 3                |
| Контрольный урок              |   | 1                |
| Промежуточная аттестация      |   | 1                |

## Календарный учебный график

| №   | Тема занятия  | Количество часов | Дата проведения |             |
|-----|---|------------------|-----------------|-------------|
|     |   |                  | Планируемые     | Фактические |
| 1.  | Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела   | 1                | 7.09            |             |
| 2.  | Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава | 1                | 14.09           |             |
| 3.  | Упражнение для развития гибкости плечевого и поясного суставов  | 1                | 21.09           |             |
| 4.  | Упражнение на укрепление мышц брюшного пресса   | 1                | 28.09           |             |
| 5.  | Упражнения на улучшение гибкости позвоночника   | 1                | 5.10            |             |
| 6.  | Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра                 | 1                | 12.10           |             |
| 7.  | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов  | 1                | 19.10           |             |
| 8.  | Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы          | 1                | 26.10           |             |
| 9.  | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага   | 1                | 9.11            |             |
| 10. | Упражнения на исправление осанки  | 1                | 16.11           |             |
| 11. | Эстрадные прыжки  | 1                | 23.11           |             |
| 12. | Эстрадные комбинации  | 1                | 30.11           |             |
| 13. | Акробатические упражнения   | 1                | 7.12            |             |
| 14. | Упражнение на укрепление мышц брюшного пресса   | 1                | 14.12           |             |
| 15. | Контрольный урок  | 1                | 21.12           |             |
| 16. | Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра                 | 1                | 11.01           |             |
| 17. | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов  | 1                | 18.01           |             |
| 18. | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага   | 1                | 25.01           |             |
| 19. | Эстрадные прыжки  | 1                | 1.02            |             |
| 20. | Эстрадные комбинации  | 1                | 8.02            |             |
| 21. | Акробатические упражнения   | 1                | 15.02           |             |
| 22. | Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела   | 1                | 22.02           |             |
| 23. | Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава | 1                | 1.03            |             |
| 24. | Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов  | 1                | 15.03           |             |
| 25. | Упражнение на укрепление мышц брюшного пресса   | 1                | 22.03           |             |
| 26. | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага   | 1                | 5.04            |             |
| 27. | Упражнения на улучшение гибкости позвоночника   | 1                | 12.04           |             |
| 28. | Акробатические упражнения   | 1                | 19.04           |             |
| 29. | Упражнения на исправление осанки  | 1                | 26.04           |             |
| 30. | Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.         | 1                | 3.05            |             |
| 31. | Упражнения на исправление осанки  | 1                | 10.05           |             |
| 32. | Эстрадные прыжки  | 1                | 17.05           |             |
| 33. | Промежуточная аттестация  | 1                | 24.05           |             |
| 34. | Эстрадные комбинации  | 1                | 31.05           |             |

### Календарный учебный график

| №   | Тема занятия  | Количество часов | Дата проведения |             |
|-----|---|------------------|-----------------|-------------|
|     |   |                  | Планируемые     | Фактические |
| 1.  | Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела   | 1                | 2.09            |             |
| 2.  | Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава | 1                | 9.09            |             |
| 3.  | Упражнение для развития гибкости плечевого и поясного суставов  | 1                | 16.09           |             |
| 4.  | Упражнение на укрепление мышц брюшного пресса   | 1                | 23.09           |             |
| 5.  | Упражнения на улучшение гибкости позвоночника   | 1                | 30.09           |             |
| 6.  | Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра                 | 1                | 7.10            |             |
| 7.  | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов  | 1                | 14.10           |             |
| 8.  | Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы          | 1                | 21.10           |             |
| 9.  | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага   | 1                | 28.10           |             |
| 10. | Упражнения на исправление осанки  | 1                | 11.11           |             |
| 11. | Эстрадные прыжки  | 1                | 18.11           |             |
| 12. | Эстрадные комбинации  | 1                | 25.11           |             |
| 13. | Акробатические упражнения   | 1                | 2.12            |             |
| 14. | Упражнение на укрепление мышц брюшного пресса   | 1                | 9.12            |             |
| 15. | Контрольный урок  | 1                | 16.12           |             |
| 16. | Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра                 | 1                | 23.12           |             |
| 17. | Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов  | 1                | 13.01           |             |
| 18. | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага   | 1                | 20.01           |             |
| 19. | Эстрадные прыжки  | 1                | 27.01           |             |
| 20. | Эстрадные комбинации  | 1                | 3.02            |             |
| 21. | Акробатические упражнения   | 1                | 10.02           |             |
| 22. | Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела   | 1                | 17.02           |             |
| 23. | Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава | 1                | 24.02           |             |
| 24. | Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов  | 1                | 3.03            |             |
| 25. | Упражнение на укрепление мышц брюшного пресса   | 1                | 10.03           |             |
| 26. | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага   | 1                | 17.03           |             |
| 27. | Упражнения на улучшение гибкости позвоночника   | 1                | 24.03           |             |
| 28. | Акробатические упражнения   | 1                | 7.04            |             |
| 29. | Упражнения на исправление осанки  | 1                | 14.04           |             |
| 30. | Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.         | 1                | 21.04           |             |
| 31. | Упражнения на исправление осанки  | 1                | 28.04           |             |
| 32. | Эстрадные прыжки  | 1                | 5.05            |             |

|     |                          |   |       |  |
|-----|--------------------------|---|-------|--|
| 33. | Эстрадные комбинации     | 1 | 12.05 |  |
| 34. | Промежуточная аттестация | 1 | 19.05 |  |

**Список используемой литературы:**

1. Гиршон А. Импровизация и хореография. Контактная импровизация. – Альманах 1. – 1999.
2. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения.- М., 2004.
3. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003. - 223 с.
4. Запора Р. Импровизация присутствует. – Альманах 1. – 1999.
5. Ивлева Л.Д. Руководство воспитательным процессом в самодеятельном хореографическом коллективов. Учебное пособие. – Челябинск. – 1989.
6. Карин Сапорта. «Поиск красоты всегда бывает болезненным». – Сов. балет. – 1996. – №1-2.
7. Мессерер А. Танец. Мысль. Время. – М., Искусство. – 1990.
8. Никитина В.Ю. Танец модерн. Я выхожу в мир искусств. / В.Ю. Никитина. – Самара: Учебное пособие, 2000.
9. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М.: ГИТИС, 2000. - 438с.
10. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. - 158 с.
11. Никитин Ю.В. Методика преподавания модерн танца. – Я вхожу в мир искусств. – 2001. – № 4.
12. Панферов В.И. Пластика современного танца. – Учебное пособие. – Челябинск. – 1996.
13. Пометков С.С. Основы современного танца / С.С. Пометков. - Ростов-на-Дону: Учебное пособие, 2006.
14. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. Учебное пособие для студии учреждений среднего профессионального образования – М.: Владос, 2003.
15. Сосина, В.Ю. Ритмическая гимнастика / В.Ю. Сосина, Э.М. Фабиом. – Киев, 1990.
16. Телегин А.А. Экспериментальная программа и методические рекомендации по предмету «Ритмика и танец» / А.А. Телегин. – Самара: Методическое пособие, 1992.
17. Ткаченко Т. Работа с танцевальными коллективами / Т. Ткаченко. - Санкт-Петербург: Учебное пособие, 1993.