

**Управление образования Исполнительного комитета  
муниципального образования города Казани  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей №116 имени Героя Советского Союза А.С.Умеркина»  
Вахитовского района г. Казани**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «28» августа 2023 г.

Протокол № 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ

«Лицей №116 имени Героя  
Советского Союза

А.С.Умеркина»

Т.Д.Мухаметзянова

Приказ № 503 от 28.08.2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
объединения «Хореография»  
Возраст учащихся – 7-12 лет  
Срок реализации – 1 год**

Автор-составитель:

Педагог- дополнительного образования

Замалиева В.А

г. Казань, 2023

## Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей №116 имени Героя Советского Союза А.С.Умеркина» Вахитовского района г.Казани
2	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности объединения «Хореография»
3	Направленность программы	художественная
4	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Замалиева Валерия Александровна, педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	1 год
5.2.	Возраст учащихся	7-12 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
5.4.	Цель программы	Освоение техники классического танца и формирование танцевального мастерства учащихся через изучение искусства классического танца.
6	Формы и методы образовательной деятельности	<b>Формы:</b> групповая, индивидуально-групповая – чередование индивидуальных и групповых форм деятельности. Учебное занятие, тренинг, конкурс, проектная деятельность, показательное выступление, открытое занятие, мастер-класс и т. д. <b>Методы:</b> словесные, наглядные, практические методы обучения, объяснительно-иллюстративные методы обучения, репродуктивные, частично-поисковые методы.
7	Формы мониторинга результативности	Вводная аттестация, полугодовая и годовая аттестация, аттестация по итогам освоения программы, открытые занятия, мастер-классы, концерты, конкурсы, фестивали.
8	Результативность реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Международный конкурс искусств «Кубок РИТМа», Лауреаты 1, 2 степени, 2022 год;</li> <li>● Международный конкурс-фестиваль «STAR FRIENDS», ГРАН-ПРИ, 2022 год;</li> <li>● Республиканский творческий конкурс «Грани успеха», Лауреаты 1 степени, 2022 год;</li> <li>● Районный конкурс видеороликов танцевальных флешмобов «Танц-зарядка», 1 место, 2022 год;</li> <li>● XV Поволжский конкурс эстрадного мастерства детских и юношеских творческих коллективов «Tatarstan.ru», Лауреаты 1 степени, 2023 год;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>● VII Всероссийский конкурс-фестиваль искусств «Апрельские улыбки», ГРАН-ПРИ, Лауреаты 1,2,3 степеней, 2023 год;</li> <li>● Международный конкурс искусств «Перспектива ART», Лауреаты 1, 2 степеней, 2023 год;</li> <li>● Международный хореографический фестиваль-конкурс «Конкурент», Дипломанты 1 степени, Лауреаты 2,3 степеней, 2023 год.</li> </ul>
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	28.08.2023
10	Рецензенты	

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Учебный (тематический) план
3. Содержание программы
4. Планируемые результаты освоения программы
5. Организационно-педагогические условия реализации программы
6. Формы аттестации / контроля и оценочные материалы
7. Список литературы (печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы)
8. Приложение (методические материалы, календарный учебный график на каждый год обучения)

## І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность программы:** художественная.

**Нормативно-правовое обеспечение программы:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.
2. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ.
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года N 678-р).
4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 03 сентября 2018 г. № 10.
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28.
8. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015 г. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
9. Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ в новой редакции - ГБУДО «Республиканский центр внешкольной работы» Министерства образования и науки Республики Татарстан, 2023 г.
10. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31 января 2022 г. N ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).
11. Устав МБОУ «Лицей №116 имени Героя Советского Союза А.С.Умеркина» Вахитовского района г. Казани.

## **Актуальность программы**

**Актуальность** данной образовательной программы в том, что она направлена на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование знаний и умений в области классического танца, а также возможность в творческой самореализации в художественно-эстетическом направлении. Программа соответствует таким задачам современного дополнительного образования, как: создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития учащихся, их профессионального самоопределения, выявления и поддержки одаренных учащихся.

Классический танец является стержнем, на основе которого развиваются другие танцевальные направления. Этот вид хореографии наиболее правильно и гармонично формирует тело, активно исправляет физические недостатки, создавая прекрасную манеру танца и осанку. Современную школу классического танца отличает строгая простота линий, отточенность поз, стремительность прыжков и вращений, богатство пластических оттенков, поэтическая одухотворённость.

Классический танец основывается на многовековых традициях, несмотря на это, он не является застывшей неизменной формой. В современном классическом танце заметно проникновение других направлений танца: джаз, модерн, народный танец. Таким образом, классический танец охватывает многие грани хореографического искусства и является основой для изучения других видов танца, а также – вершиной танцевального мастерства. Впитывая в себя лучшие образцы других видов танца, классический танец стремится к эстетическому совершенству, пропагандирует духовное совершенствование. Таким образом, изучая классический танец ребенок стремится к познанию мировой культуры в его лучших образцах и к самопознанию.

Классический танец имеет тесную взаимосвязь с мировыми культурными ценностями, т.к. является продуктом глобализации, но сохраняет национальные особенности.

Изучаются элементы классического танца сначала у станка, а затем по мере усвоения материала движения исполняются и на середину зала, простые и сложные прыжки, вращения. Также посредством миниатюр, которые исполняются на середине зала, происходит знакомство с эстрадным, детским танцами.

В зависимости от усвоения материала темпы исполнения движения ускоряются, ритмический рисунок комбинаций становится более сложным. Материал, изучаемый на занятиях, становится наиболее танцевальным и интересным.

Также программный материал дает возможность осваивать сюжетно – тематические произведения и привлекать музыку – классическую, современную, народную.

В процессе постановочной работы, репетиций учащиеся приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности, умение передать музыку и содержание образа движения.

Программа создана на основе книги А.Я. Вагановой «Основы классического танца» и программы «Правила исполнения движений классического танца по программе 1-го года обучения в Академии Русского балета им. А.Я.Вагановой», авторы И.Л. Кузнецов, кандидат искусствоведения, доцент, начальник центра непрерывного образования и повышения квалификации, Т.В.Черкашина, старший преподаватель кафедры классического и дуэтно-классического танца.

## **Отличительные особенности программы**

**Отличительной особенностью** данной образовательной программы является то, что классический танец – фундамент всего комплекса танцевальных дисциплин, источник высокой исполнительской культуры. В процессе обучения развиваются физические данные обучающихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Занятия классическим танцем оказывают также

воспитательное воздействие: у обучающихся вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

Также среди наиболее значимых отличительных особенностей программы можно выделить:

- комплексность — сочетание нескольких тематических блоков, освоение каждого из которых предполагает работу с конкретным видом танцевальных движений и их взаимозаменяемость (возможность хронологически поменять местами);

- преемственность — взаимодополняемость используемых техник и технологий применения различных материалов, предполагающая их сочетание и совместное применение;

- не подражание, а творчество — овладение приемами и исполнительской техникой хореографии от повтора и создания копии на начальном уровне, до творческого подхода и авторского замысла на последующих уровнях обучения.

Общее обучение на занятиях в рамках программы состоит из 2-х разделов:

1-й раздел: физическая подготовка, гибкость и растяжка. Это необходимо для подготовки тела к занятиям. Его податливости, подвижности и гибкости позвоночника, силе.

2-й раздел: основы классического танца. Развитие творческой стороны личности, индивидуального воображения и артистизма. Развитие выворотности, шага, постановка корпуса. Обучение учащихся исполнять движения осмысленно, вдохновенно, музыкально, соответствуя канонам классического танца.

Еще одной особенностью данной образовательной программы является обязательное включение в содержание программы подготовку и участие в конкурсных мероприятиях.

Участие в конкурсах не только помогает юным танцорам улучшить свою технику и получать множество идей, связанных с профессиональной подготовкой, но и позволяет вместе со своими педагогами, понимать, как анализировать хореографию, что безусловно важно для реализации профориентационных возможностей программы. Также конкурсы важны с точки зрения воспитания учащихся, ведь они помогают детям развивать эмпатию и умение сопереживать, уважительно относиться к своим соперникам. Дети учатся работать в команде, быть упорными и настойчивыми. И наконец – самое важное – они учатся совершать ошибки и понимать, что проигрыш не равнозначен поражению.

#### **Цель программы:**

Освоение техники классического танца и формирование танцевального мастерства учащихся через изучение искусства классического танца.

#### **Задачи программы:**

##### **Обучающие:**

- развивать танцевальные способности учащихся (музыкально-двигательные и художественно-творческие);
- учить, импровизировать, свободно ориентироваться в сценическом пространстве;
- знакомить с основными канонами классического танца;
- развивать танцевальную выразительность и умение передавать идею танца;
- развивать умение анализировать и оценивать собственное исполнение изученных упражнений, движений, комбинаций, танцевальных этюдов.

##### **Воспитательные:**

- формировать эмоционально-ценностное отношение к здоровому образу жизни и хореографическому искусству;
- формировать духовно-нравственные ценности учащихся через приобщение их к культурному наследию региона;

- формировать с помощью специальных упражнений, коллективных хореографических композиций и конкурсных мероприятий сплоченность, товарищество, взаимопомощь, умение вести себя в коллективе, терпение и трудолюбие;
- воспитывать культуру поведения и общения в социуме.

**Развивающие:**

- развивать мотивацию учащихся к познанию, творчеству;
- развивать навык владения своим телом и умение согласовывать свои действия с партнером;
- вырабатывать готовность и способность к саморазвитию и самообразованию;
- обучать владению основам самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществление осознанного выбора в практической деятельности;
- развивать волевые качества личности, память, образное мышление, внимание;
- развивать самостоятельность, ответственность, аккуратность, активность, инициативность.

**Адресат программы:** программа рассчитана на детей 7-12 лет, имеющих и не имеющих навыков хореографии, а также не имеющих медицинских противопоказаний для занятий хореографией.

**Объем программы:** для освоения программы, на весь период обучения запланировано 144 часа.

**Формы организации образовательного процесса:**

- Групповая;
- Индивидуальная (в рамках групповых занятий);
- Индивидуально-групповая;

Программа является вариативной. При ее реализации возможно применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

В обучении с применением дистанционных образовательных технологий могут быть использованы следующие организационные формы учебной деятельности: консультация, практическое занятие, самостоятельная работа, прослушивание музыкального и просмотр видеоматериала, мастер-классы, изучение печатных материалов, работа со справочной, учебной литературой, компьютерное тестирование и др.

Занятия в режиме он-лайн организуются с использованием облачной конференц-платформы zoom или других подобных приложений.

Реализация программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий предусматривает использование учебных материалов, размещенных в сети интернет или направленных учащемуся через электронную почту. Выполнение практической работы может быть организовано в домашних условиях самостоятельно или с помощью родителей.

**Виды занятий:** беседа, теоретическое занятие, практическое занятие, тренинг, репетиция, концерт, конкурс.

**Методы, используемые в учебной деятельности:**

*Словесные методы* (устное изложение, беседа, анализ и др.)

*Наглядные методы* (показ видеоматериалов, иллюстраций, исполнение педагогом, наблюдение, работа по образцу и др.)

*Практические методы обучения* (тренинг, тренировочные упражнения, и др.).

*Объяснительно-иллюстративные методы* обучения (при таком методе обучения дети воспринимают и усваивают готовую информацию).

*Репродуктивные методы обучения* (в этом случае учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности).

*Частично-поисковые методы* обучения (участие детей в коллективном поиске).

Содержание, методы, формы организации и контроля образовательного процесса направлены на выявление самобытности, уникальности каждого ребенка.

**Срок освоения программы:** данная программа рассчитана на 1 год обучения.



### **Режим занятий.**

Занятия проводятся согласно учебно-тематическому плану два раза в неделю по два часа (два занятия по 45 мин. с 15 мин. перерывом), что составляет 144 часа в год. Два часа в неделю отводится изучению классического танца. Количество учащихся в группе – 15 человек. При реализации программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий режим занятий регулируется нормами СанПин, принятых при работе учащихся за компьютером и составляет: 1-2 классы – 20 минут, 3-4 классы – 25 минут, 5-11 классы - 30 минут.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### **Предметные результаты**

В результате успешного освоения программы

*учащиеся будут знать:*

- основные позиции рук и ног в классическом танце;
- терминологию классического танца;
- технику безопасности при выполнении упражнений и хореографических этюдов;
- основные упражнения на развитие физических данных;
- особенности построения хореографических композиций с учетом сценического пространства.

*учащиеся будут уметь:*

- исполнять основные движения классического танца;
- запоминать и выполнять танцевальные комбинации у станка и на середине зала;
- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- перемещаться в сценическом пространстве;
- владеть навыками исполнения движений и комбинаций артистично и музыкально.

### **Личностные результаты**

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программы. У учащихся получают развитие следующие качества:

- стремление к самообразованию на основе мотивации к достижению личных результатов;
- трудолюбие и самодисциплина, воля и выносливость;
- ответственность за собственный и коллективный результат;
- способностью конструктивно решать конфликтные ситуации;
- умение «слушать» и «слышать» педагога и одноклассников, умение аргументировано доказывать свою точку зрения;
- стремление к установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе.

## Метапредметные результаты

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных способностей учащихся, проявляющихся в познавательной и практической творческой деятельности:

- умение ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности;
- владение основами самоконтроля и самооценки;
- высокая степень развития коммуникативности и эмпатии;
- владение технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления;
- развитие учебно-организационных умений и навыков (организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).

В ходе реализации программы, учащиеся расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

## Формы подведения итогов реализации программы

Формами подведения итогов реализации программы служат открытые занятия для родителей, педагогов и сверстников, отчетные концерты коллектива, участие в городских мероприятиях, фестивалях и конкурсах.

В течение учебного года проводится мониторинг знаний и умений учащихся:

- вводная аттестация при приеме в объединение (первичная диагностика физических данных (*Приложение 1*) путем выполнения специальных упражнений дает возможность увидеть уровень подготовки учащихся, что является отправной точкой для усвоения материала);
- полугодовая аттестация (проводится по итогам первого полугодия, на этом этапе оценивается динамика развития физической подготовки, а также уровень развития знаний, умений, навыков, ключевых компетенций учащихся, предусмотренных программой (*Приложение 2*);
- годовая аттестация (проверка компетенций, приобретенных учащимися на всех этапах образовательного процесса, проводится в конце обучения (*Приложение 2*)).

Полугодовая и годовая аттестации учащихся при организации образовательной деятельности с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий проводятся в дистанционном режиме.

Формы проведения полугодовой и годовой аттестаций в дистанционном режиме:

- итоговое занятие в режиме онлайн с использованием электронных ресурсов и платформ;
- тестовый опрос;
- видеозапись выполненных учащимися упражнений и заданий;
- фотоотчет выполненных работ учащихся;
- подготовка учащимися презентации по изученным темам данной программы.

Фото-, видеофайлы, презентации или ссылки на них присылаются учащимися педагогу по электронной почте.

Аттестация по итогам освоения программы проводится для оценки уровня достижений учащихся по завершению освоения дополнительной общеобразовательной программы, определение изменения уровня развития учащихся, их творческих

способностей, заключительная проверка знаний, умений, навыков. Совпадает с годовой аттестацией.

С целью фиксации достигнутых результатов и мониторинга освоения программы, педагогом заполняется диагностическая карта мониторинга образовательной деятельности по образовательной программе (*Приложение 3*) и оформляются портфолио личных достижений учащихся.

Если учащийся в течение учебного года неоднократно добивается успехов на внутренних или внешних профильных мероприятиях (конкурсах, фестивалях, смотрах, соревнованиях и т.п.), то он считается аттестованным и освобождается от этой процедуры.

## II. УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

№	Раздел программы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		всего	практика	теория		
1	Вводное занятие. Тестирование. Инструктаж по ТБ.	2	1	1	Лекция, беседа, рекомендации литературы, ИР, практика	Собеседование, тестирование, устный опрос
2	Изучение позиций ног и положений рук. Положения корпуса	7	5	2	Объяснение, показ, тренинг	Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога
3	Экзерсис у станка	21	15	6	Объяснение, показ, тренинг	Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога
4	Экзерсис на середине зала	21	15	6	Объяснение, показ, тренинг	Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога
5	Allegro	17	13	4	Объяснение, показ, тренинг	Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога
6	Физическая подготовка, гибкость и растяжка	15	13	2	Объяснение, показ, тренинг	Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога
7	Комбинации концертных номеров	19	17	2	Объяснение, показ, тренинг	Практическое выполнение заданий, оценка педагога
8	Работа над техникой исполнения и образом концертных номеров	15	13	2	Объяснение, показ, тренинг	Практическое выполнение заданий, оценка педагога
9	Участие в конкурсах	21	20	1	Беседа, репетиция	Анализ подготовки и выступления
10	Посещение театров,	2	2	-	Экскурсия, просмотр представлений	Устный опрос. Беседа об увиденном

	концертных представлений					
11	Аттестация учащихся. Итоговое занятие	4	2	2	Объяснение, показ, зачет, опрос. Концерт	Практическое выполнение заданий, оценка педагога. Анализ выступления
<b>Всего</b>		<b>144</b>	<b>116</b>	<b>28</b>		

### III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 1. Вводное занятие.

Теория: Тестирование. Инструктаж ТБ. Классический танец – его особенности.

Практика: Тестирование способностей учащихся.

Формы контроля: Собеседование, тестирование, устный опрос, рекомендации в ИР.

#### 2. Изучение позиций ног и положений рук. Положение корпуса.

Теория: Изучение основных позиций рук: подготовительная позиция, первая позиция, вторая позиция, третья позиция. Изучение основных позиций ног: первая позиция, вторая позиция, третья позиция, четвертая позиция, пятая позиция, шестая позиция. Корпус (ar՛omb) формируется у станка на начальном этапе. Корпус подтянут, плечи опущены. Опорная нога стремится к выворотности. Рабочая нога предельно натянута до кончиков пальцев. При движении в сторону плечи, бедро, опорная нога и рабочая нога составляют одну плоскость.

Практика: Изучение названий, положений и техники выполнения элементов.

Формы контроля: Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога.

#### 3. Экзерсис у станка.

Теория: Изучение и показ элементов экзерсиса у станка. Правильная последовательность упражнений. Техника безопасности при выполнении элементов. Терминология изучаемых движений.

Практика: demi-plie и grand-plie по I, II позициям (лицом к станку, м/р – 4/4), battement tendu по I позиции во всех направлениях (лицом к станку на 2 такта при м/р – 2/4), battement tendu jete по I позиции во всех направлениях (лицом к станку на 2 такта при м/р – 2/4), rond de jambe par terre (лицом к станку на 2 такта при м/р – 4/4), подготовка к прыжку temps leve soutee (лицом к станку, м/р – 2/4).

Формы контроля: Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога.

#### 4. Экзерсис на середине зала.

Теория: Изучение и показ элементов экзерсиса на середине зала. Правильная последовательность упражнений. Техника безопасности при выполнении элементов. Терминология изучаемых движений.

Практика: точки зала; I port de bras, demi-plie по I, II позициям, battement tendu по I позиции в сторону.

Формы контроля: Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога.

#### 5. Allegro.

Теория: Виды прыжков в классическом танце. Изучение и показ прыжковых элементов. Техника выполнения движений. Техника безопасности при выполнении элементов. Терминология изучаемых прыжков.

Практика: прыжки по VI позиции (лицом к станку, затем на середине зала, м/р – 2/4), подготовка к прыжку и прыжок temps leve soutee (лицом к станку, затем на середине зала, м/р – 2/4).

Формы контроля: Практическое выполнение заданий, устный опрос, оценка педагога.

## **6. Физическая подготовка, гибкость и растяжка.**

Теория: Физическая подготовка, ее значение. Гибкость и растяжка. Инструктаж по ТБ и ПБ. Упражнения для рук и плечевого пояса, для шеи и туловища, ног и пресса. Упражнения на развитие гибкости: наклоны, перегибы, кувырки, стойки на лопатках, перевороты. Упражнения на растяжку мышц: максимальное растягивание и расслабление ног, шпагат.

Практика: Отработка упражнений на физическую подготовку, гибкость и растяжку.

- 1) Упражнения для рук и плечевого пояса
  - поднимание и опускание рук вперед, вверх, назад, движения прямыми и согнутыми руками в различном темпе;
  - махи и круговые движения во всех суставах;
  - упражнения с отягощениями;
  - прокручивания со скакалкой, сложенной в 4 раза;
  - отжимание от пола.
- 2) Упражнения для шеи, туловища и пресса:
  - наклоны и круговые движения головой в различных направлениях;
  - поднимание туловища(пресс) из положения лежа на животе (спине) на полу (скамейке), ноги закреплены за гимнастическую стенку или удерживаются партнером;
  - планка на локтях и прямых руках.
- 3) Упражнения для ног:
  - сгибание и разгибание стоп, и круговые движения стопой;
  - полу приседы и приседы в быстром и медленном темпе;
  - ходьба на пальцах, пятках, на внешней и внутренней стопах;
  - выпады вперед, назад, в сторону;
  - прыжки на двух ногах, из приседа, через гимнастическую скамейку (сериями слитно), на одной ноге.
- 4) Наклоны:
  - вперед, назад, в стороны с максимальным напряжением (из различных исходных положений – сидя, стоя, без опоры).
- 5) Перегибы:
  - наклоном назад «мост» (лежа, стоя, на локти);
  - «коробочка» (лежа на животе с захватом ног сзади);
  - «колечко» (лежа на животе с доставанием ногами до головы);
  - круговые движения туловищем в стойке ноги врозь, в стойке на коленях.
- 6) Стойки на лопатках - «березка».
- 7) Перевороты:
  - вперед, назад;
  - колесо.
- 8) Максимальное растягивание и расслабление ног:
  - упражнения в положении сидя для развития выворотности ног.
- 9) Шпагат:
  - шпагат прямой и параллельный;
  - различными наклонами вперед, назад, в сторону, со скамейки.

Формы контроля: Практическое выполнение заданий, устный опрос. оценка педагога.

## **7. Комбинации концертных номеров.**

Теория: Упражнения для развития музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

Практика: Составление комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Формы контроля: Практическое выполнение заданий, оценка педагога.

## **8. Работа над техникой исполнения и образом концертных номеров.**

Теория: Понимание целостности образа и идеи танцевального номера.

Практика: Многократное повторение изученных комбинаций. Соединение движений в единую композицию танца. Построение рисунков.

Формы контроля: Практическое выполнение заданий, оценка педагога.

## **9. Участие в конкурсах.**

Теория: Подбор репертуара. Обсуждение плана подготовки к выступлению. Нюансы репетиционной работы. Обсуждение условий конкурса. Правильное чтение Положений конкурсных мероприятий.

Практика: Репетиционная работа, выступление на конкурсе.

Формы контроля: Анализ подготовки и выступления.

## **10. Посещение театров, концертных представлений.**

Теория: Анализ, обсуждение, индивидуальная оценка, восприятие новизны направлений.

Практика: Участие и посещение концертных программ, праздников. Посещение мероприятий и культурных учреждений (театр, кино, выставки и др.).

Формы контроля: Устный опрос. Беседа об увиденном.

## **11. Аттестация учащихся. Итоговое занятие.**

Теория: Подведение итогов учебного года и проверка знаний:

Практика: Открытое занятие, выступление на концерте. Тестирование по темам учебного плана, выявление одаренных детей, индивидуальные задания.

Формы контроля: Практическое выполнение заданий, оценка педагога. Анализ выступления.

# **IV. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

## **Предметные результаты**

В конце обучения учащиеся будут:

### **знать:**

- Терминологию классического танца, применяющуюся при изучении материала (опорная нога, работающая нога, шаг ногой и шаг на ногу, и т.п.);
- особенности постановки корпуса и головы, позиции рук и ног;
- этапы прыжка temps leve soutee;
- правила взаимодействия в коллективе.

### **уметь:**

- выполнять начальные упражнения классического танца по позициям в темпе и ритме музыки лицом к станку;
- выполнять простейшие танцевальные шаги (полька, подскоки, галоп, бег);
- выполнять партерную гимнастику (упражнение на гибкость, растяжку);
- координировать танцевальные движения, ориентируясь в пространстве зала;
- исполнять танцевальные этюды и танцевальные постановки

### **Метапредметные результаты**

В конце обучения у учащихся будут сформированы:

- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях, оказывать помощь своим одноклассникам при выполнении учебной задачи;
- умение работать в команде;
- способность понимать и принимать учебную цель и задачи;
- умение «слушать» и «слышать» педагога и одноклассников;
- умение действовать под контролем и частично самостоятельно;
- умение сравнивать полученный результат с требованиями педагога и, при необходимости, корректировать его.

### **Личностные результаты**

В конце первого года обучения у учащихся будут развиты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- стремление к здоровому образу жизни;
- необходимые для занятий способности (координация, выносливость, концентрация, внимание, умение ориентироваться в пространстве);
- толерантное отношение к любому проявлению творчества и любому виду искусства;
- готовность к эмпатии и сопереживанию, чувство коллективизма и «командный дух»;
- творческая инициатива и активная жизненная позиция;
- готовность брать ответственность за себя и свои поступки.

## **V. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Материально-технические условия:**

1. Спортивный зал с зеркалами и станки.
2. Гимнастические коврики.
3. Технические средства: магнитофон, колонка, фонограммы, флэш-накопитель.
4. Удобная форма для занятий и мягкая обувь.

### **Информационно-методическое обеспечение:**

- методические пособия, литература;
- дидактические материалы: иллюстрации, фотографии, рисунки, видео- и аудиозаписи, фонограммы, CD диски.

### **Принципы обучения:**

- принцип доступности в обучении;
- принцип от простого к сложному;
- принцип наглядности;
- принцип творческого сотрудничества;
- принцип системности и последовательности.

### **Методы обучения:**

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно



предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

**Проблемно-поисковые методы обучения.** Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Учащиеся, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

**Методы эмоционального восприятия.** Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

#### **Педагогические технологии:**

- Здоровьесберегающие технологии;
- Личностно-ориентированные технологии;
- Технология сотрудничества.

В процессе обучения используются традиционные формы: показ, тренинг, игра, а также активные творческие формы – ролевые игры, инсценировки, этюды.

### **Структура занятия**

Занятие объединения «Хореография» состоит из следующих этапов:

**1. Разогрев.** Главная задача этого этапа занятия – разогреть все мышцы, используя упражнения по кругу, диагоналям (шаги на полупальцах, упражнение «цапля», скручивания, комбинации на равновесие), а также наклоны и повороты торса.

**2. Экзерсис у станка.** Развитие и укрепление всего суставно – мышечного аппарата тела. Экзерсис у станка формирует правильное положение головы, рук и ног, вырабатывает точность, свободу, эластичность мышц и координацию движений, также воспитывает выворотность.

**3. Экзерсис на середине зала.** Главная задача – развитие устойчивости, умения выполнять движения без опоры на станок. Формирует мышечный корсет, умение держать себя на сцене.

**4. Физическая подготовка, гибкость и растяжка.** Основными задачами являются: развитие координации, силы, быстроты, выносливости, гибкости, пластичности, воспитание волевых качеств, а также понимание и знание строения тела с медицинской точки зрения.

**5. Танцевальные комбинации:** лирического и динамического характера. Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

## **VI. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ (КОНТРОЛЯ) И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Для проверки знаний, умений и навыков в объединении «Хореография» используются такие виды и методы контроля как:

**Вводная аттестация** (предварительная диагностика учащихся 1 года обучения) направлен на диагностику и оценивание физических данных учащихся, дает информацию об уровне подготовки учащихся (*Приложение 1*).

**Полугодовая аттестация** – проводится в конце первого полугодия (*Приложение 2*).

**Годовая аттестация** – проводится в конце года обучения. Здесь целесообразно также учитывать участие в конкурсах, концертах, итоговых и открытых занятиях (*Приложение 2*).

С момента начала обучения по программе проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования общефизических и танцевальных способностей, определения задач индивидуального развития. Результаты

фиксируются в диагностических картах, позволяющих отслеживать динамику предметных, метапредметных, личностных результатов учащихся, а также учет их творческих достижений (*Приложение 3*). Мониторинг знаний, умений, навыков и развития компетенций учащихся проводится с целью анализа результатов образовательной деятельности, профилактики ошибок в работе педагога.

Анализируя результаты аттестации, вносятся некоторые коррективы в учебно-воспитательный процесс и оцениваются успешность продвижения учащегося, правильность выбора методики обучения.

## **VII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ (ПЕЧАТНЫЕ И ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ)**

1. Альберт Г. Школа классического танца, СПб.: «Планета музыки», 2013. 176 с.
2. Базарова Н. Классический танец, М.: «Искусство», 1984. 199 с.
3. Базарова Н., Мэй В. Азбука классического танца, М.: «Искусство», 1983. 207 с.
4. Ваганова А. Основы классического танца. Л.: ОГИЗ-ГИХЛ 1934. 192с.

### **Интернет-ресурсы:**

1. Урок классического танца 1 класса 1-е полугодие в Новосибирском хореографическом училище:  
<https://www.youtube.com/watch?v=BYK3sh0mvCI>
2. Мастер-класс по классическому танцу заслуженной артисткой республики Башкортостана Красновой Татьяной Николаевной:  
[https://www.youtube.com/watch?v=Eo2iM4A\\_x30&t=65s](https://www.youtube.com/watch?v=Eo2iM4A_x30&t=65s)
3. Элементы и движения партерного экзерсиса классического танца на начальном этапе обучения 1 класс:  
<https://www.youtube.com/watch?v=eODkdDl1PcM&t=103s>
4. Терминология классического танца:  
<https://www.youtube.com/watch?v=BsTgVC5LELg>
5. Экзаменационный урок по классическому танцу Академии им. А.Я. Вагановой:  
[https://www.youtube.com/watch?v=zbqN\\_nlt8UM](https://www.youtube.com/watch?v=zbqN_nlt8UM)

**Система оценивания степени развития данных ребенка,  
необходимых для занятий по программе  
(вводная аттестация учащихся)**

**Вводная аттестация** учащихся осуществляется следующим образом. При поступлении в объединение ребенок диагностируется по десяти показателям в соответствии с различными типами данных. Оценке и контролю результатов обучения подлежат:

**Танцевальные данные:**

1. Осанка. Для занятий танцами кроме хорошего физического развития необходимо выработать правильную осанку. Основа осанки – позвоночник и его соединения с тазовым поясом.

2. Выворотность – способность развернуть ноги (в бедре, голени, стопе) наружу. Она зависит от двух факторов: от строения тазобедренного сустава и строения ног.

3. Танцевальный шаг – способность свободно поднимать ногу на определенную высоту в сторону, назад, вперед при выворотном положении обеих ног. - подъем стопы – изгиб стопы вместе с пальцами. Форма подъема находится в прямой зависимости от строения стопы и эластичности связок.

**Спортивные данные:**

1. Сила – способность преодолевать сопротивление и противостоять ему за счет мышечных усилий.

2. Гибкость тела – зависит от гибкости позвоночного столба. Степень подвижности определяется строением подвижности позвоночных хрящей.

3. Прыжок – его высота и легкость зависят от силы мышц, согласованности всех частей тела (тазобедренного, коленного, голеностопного суставов, стопы и пальцев).

**Музыкальные данные:**

1. Чувство ритма – умение согласовать движения тела во времени и пространстве под музыку.

2. Музыкальный слух – способность, позволяющая человеку полноценно воспринимать музыку и адекватно оценивать те или иные ее достоинства и недостатки.

**Артистические данные:**

1. Эмоциональная выразительность – наличие актерского мастерства, умение держаться на сцене.

2. Создание сценического образа – умение перевоплотиться в необходимый художественный образ.

## **Уровни развития параметров, определяющих эффективность хореографической подготовки.**

### **Танцевальные данные.**

- Высокий уровень: хорошая осанка, отличная выворотность (в бедрах, в голени, в стопах), танцевальный шаг от 90 гр., высокий подъем стопы.
- Средний уровень: не очень хорошая осанка, выворотность в 2 из 3 суставов, танцевальный шаг 60 гр., средний подъем стопы.
- Низкий уровень: плохая осанка, выворотность в 1 из 3 суставов, танцевальный шаг ниже 60 гр., низкий подъем стопы.

### **Спортивные данные:**

- Высокий уровень: высокие показатели силы, очень хорошая гибкость, легкий высокий прыжок.
- Средний уровень: средние показатели силы, не очень хорошая гибкость, легкий средний прыжок.
- Низкий уровень: низкие показатели силы, плохая гибкость, нет прыжка.

### **Музыкальные данные:**

- Высокий уровень: отличное чувство ритма, хороший музыкальный слух (четко исполняет танцевальные элементы под музыку).
- Средний уровень: среднее чувство ритма, средний музыкальный слух (не четко исполняет танцевальные элементы под музыку)
- Низкий уровень: нет чувства ритма, нет музыкального слуха (не может соединить исполнение танцевальных движений с музыкальным сопровождением).

### **Артистические данные:**

- Высокий уровень: очень яркий эмоционально выразительный ребенок, легко и быстро перевоплощается в нужный образ.
- Средний уровень: не очень эмоционально выразительный ребенок, не сразу перевоплощается в нужный образ.
- Низкий уровень: нет эмоций и выразительности, не может создать сценический образ.

**Система оценивания степени развития знаний, умений, ключевых компетенций  
учащихся в процессе обучения по программе  
(полугодовая и годовая аттестация учащихся)**

**Предметные результаты**

<b>Кол-во баллов</b>	<b>Требования по теоретической подготовке</b>	<b>Требования по практической подготовке</b>	<b>Результат</b>	<b>Уровень</b>
3	Освоил в полном объеме все теоретические знания, предусмотренных программой	Освоил в полном объеме практические умения, успешно продемонстрировал все необходимые танцевальные элементы	Программа освоена в полном объеме	Высокий
2	Освоил больше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил больше половины практических умений, успешно продемонстрировал большую танцевальных элементов	Программа освоена частично	Средний
1	Освоил меньше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил меньше половины практических умений, успешно продемонстрировал часть танцевальных элементов	Не освоил программу	Низкий

**Метапредметные результаты**

*Степень выраженности:*

- **низкий уровень** – учащийся испытывает трудности в формулировании учебной задачи и определения пути ее достижения. Контроль и коррекция полученных результатов осуществляется только при непосредственном участии педагога. Учащемуся требуется помощь педагога для установления причинно-следственных связей, проведения самоанализа выполненной работы. С трудом вступает в диалог с одноклассниками, педагогом. Во время совместного выполнения заданий, элементов контактной импровизации ведет себя зажато или чересчур агрессивен, в паре работает с неохотой, предпочитая индивидуальные задания. В процессе конкурсных мероприятий испытывает проблемы с самостоятельным настраиванием на выступление, может сильно нервничать. Во время занятий педагогу приходится постоянно напоминать учащемуся о правилах техники безопасности.
- **средний уровень** – учащийся в целом справляется с заданиями, которые даются педагогом во время занятия, но испытывает затруднения с некоторыми из них. Соблюдает правила техники безопасности. Иногда во время занятия могут возникнуть проблемы с рассеиванием внимания. В связи с этим может страдать дисциплина на занятии. В качестве основного источника информации учащийся использует интернет. Учащийся может поддержать диалог с одноклассниками. Во время групповой работы боится высказать свою точку зрения, ждет поддержки от педагога. Либо же продвигает свое мнение очень настойчиво, игнорируя мнения других участников. Иногда испытывает проблемы с использованием специальных терминов.

- **высокий уровень** – учащийся хорошо осуществляет целеполагание, может представить конечный результат учебной деятельности, спланировать работу по его достижению. Соблюдает все правила техники безопасности. Во время занятия может слушать и слышать педагога, вовремя и по делу отвечать на вопросы. Поддерживает ровные, хорошие отношения со всеми участниками образовательного процесса. Учащийся может находить необходимую информацию, используя различные источники. С легкостью оперирует основными понятиями, относящимися к направлению деятельности, к месту употребляет специальную терминологию. Мышление учащегося достаточно хорошо развито.

### Личностные результаты

*Степень выраженности:*

- **низкий уровень** – учащийся интересуется выбранным видом деятельности, но испытывает трудности с доведением дела до конца. Без раздражения участвует в учебном и конкурсном процессах. Знает правила поведения в обществе, но иногда затрудняется с их соблюдением. Дисциплина на занятии ниже среднего уровня. Сложно заинтересовать историей, традициями выбранного вида деятельности. К своему здоровью и здоровью окружающих относится с равнодушием;
- **средний уровень** – учащийся активно интересуется выбранным видом деятельности. Может довести начатое дело до конца, но время от времени испытывает с этим проблемы. Соблюдает элементарные правила поведения, с уважением относится к окружающим, членам коллектива. Проявляет интерес к отдельным культурно-историческим фактам и занимательным рассказам о выбранном виде деятельности. Понимает важность заботы об своем здоровье;
- **высокий уровень** – у учащегося есть стойкий активный интерес к выбранному виду деятельности. Он всегда с удовольствием участвует в учебном процессе, конкурсных и концертных выступлениях. Знает правила поведения на сцене и в зрительном зале, всегда ведет себя в его рамках. Проявляет уважение к членам коллектива. Активно принимает участие в общественно-полезных делах. Проявляет интерес к истории и традициям избранного вида деятельности, изучает дополнительную литературу по этому вопросу. Поддерживает здоровый образ жизни. На занятиях ведет себя дисциплинировано. Уважает свой труд и труд окружающих. Всегда старается довести начатое дело до конца.







Уровень результативности	Личностные результаты		Предметные результаты		Метапредметные результаты	
	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
Низкий уровень						
Средний уровень						
Высокий уровень						

Достижения учащихся	Кол-во	%
Районный уровень		
Городской уровень		
Республиканский уровень		
Всероссийский уровень		
Международный уровень		

