



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Детско-юношеский творческий центр «Васильевский остров»
Санкт-Петербурга**

Принята
на педагогическом совете
протокол №3
от 11 июня 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом №35 от 11 июня 2025 г.
Директор ГБУ ДО ДЮТЦ «В.О.»
Н.М. Чуклина/_____/

Дополнительная общеразвивающая программа

«Эстрадно-спортивный танец»

Срок освоения: 2 года
Возраст обучающихся: 6-8 лет

Разработчик: **Халикова Мария Александровна,**
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Эстрадно-спортивный танец» имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Одной из главных задач национальной политики в области образования является создание условий для формирования здоровой, творческой, разносторонне развитой личности, готовой к активной жизненной позиции. Здоровье детей, а также воспитание духовно-нравственных ценностей отнесено к приоритетным направлениям государственной политики и является неотъемлемой частью всестороннего развития личности учащегося.

Актуальность. Программа направлена на комплексное развитие ребенка включает в себя базовую физическую подготовку, изучение танцевальной техники различных хореографических стилей и возможности их комбинирования, музыкально-ритмическую подготовку, развитие навыков импровизации и концертную деятельность.

Программа включает три направления подготовки:

Спортивные занятия: развивают физические данные детей, обучают исполнению базовых спортивных элементов, служащих для украшения хореографических композиций.

Хореографические занятия: развивают в обучающихся стремление к познанию прекрасного мира танца и позволяют раскрывать творческие способности детей, воспитывают трудолюбие, умение добиваться поставленных целей.

Занятия актерским мастерством позволяют наполнить танец смыслом и сохранить традиции воспитания танцевальной выразительности.

Систематическая работа над развитием физических данных, техничным исполнением хореографического материала, музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях, но и в повседневной жизни.

Данная программа представляет собой инновационную форму комплексной подготовки обучающихся в различных тесно-переплетающихся областях деятельности, с пользой для развития личности ребенка, удовлетворения его потребностей, с опорой на основные ценности государственной политики.

Педагогическая целесообразность программы заключается в ее ориентации на определенный возраст, физическую подготовку и пол обучающихся. Обучение выстраивается на принципах доступности, биологической целесообразности, интеграции, индивидуализации, возрастных изменений в организме, его биоритмической структуры, красоты и эстетической целесообразности, гармонизации всей системы ценностных ориентиров современных детей.

В рамках освоения программы обучающиеся погружаются в мир постановки танцевальных спектаклей: постановка, репетиционный процесс, разработка эскизов костюмов, реквизита, изучают работу театральных служб и цехов, что является важным воспитательным и профориентационным средством.

Выступления перед зрителями, переживание успеха или неудачи развивают в детях морально-волевые качества.

Занятия хореографическими дисциплинами пробуждают творческий потенциал, раскрывают фантазию ребенка.

Работа с большим количеством музыкального материала учит воспринимать, оценивать и любить музыку различных жанров. В рамках занятий дети получают основные теоретические музыкальные знания.

Совместная деятельность и общение в коллективе рождает чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Программа разработана в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБУ ДО ДЮТЦ «Васильевский остров».

Адресат программы

Данная программа разработана для детей (мальчиков и девочек) 6-8 лет, способных по своим физическим данным к спортивным занятиям и занятиям по хореографическим дисциплинам, с хорошим физическим здоровьем и отсутствием медицинских противопоказаний.

Срок обучения по программе 2 года, общее количество часов – 432, по 216 часа в год.

Уровень освоения программы – углубленный.

Формы и режим занятий: занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 учебных часа. Занятия проводятся в групповой форме.

Обучение производится на русском языке.

Целью программы является развитие творческих и личностных способностей ребенка, развитие его физических данных при помощи средств спортивного танца и синтеза хореографических стилей.

Задачи

Обучающие:

- сформировать знания об основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, стилизованный танец, эстрадный танец, джазовый танец, современный танец, спортивный танец.
- научить выполнять основные комплексы упражнений общей физической подготовки и специальной физической подготовки;
- изучить исполнение гимнастических элементов и основных приемов сценической акробатики;
- формирование знаний по актерскому мастерству;
- обучить навыкам постановочной и сценической деятельности;
- изучить основы анатомии и психофизиологии в танцевальной и спортивной деятельности.

Развивающие:

- Развить физические данные ребенка: шаг, гибкость, растяжка, выворотность, вращение, прыжок;
- Развить чувство ритма и музыкальное исполнение танцевальных композиций, музыкальный слух необходимый в хореографии, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- Развить психические процессы: память (тренировка зрительной и слуховой, двигательной и механической памяти), развитие внимания (его концентрация на конкретных объектах и общей картине), работа с восприятием окружающего мира через изучение возможностей собственного тела;
- Развить коммуникабельность, сформировать навыки общения в коллективе;
- Развить мотивацию к творческой деятельности;
- Развить танцевальную выразительность;
- Развить творческие способности детей на основе лично ориентированного подхода;
- Развить у учащихся творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Воспитательные:

- Воспитание уважения к национальной культуре, сохранения исторической памяти, ценности культурного наследия в области хореографического искусства;
- Воспитание всесторонне развитой творческой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- Воспитание положительных качеств личности, таких как дисциплинированность, выдержка, организованность, ответственность, умения взаимодействия и сотрудничества в коллективе;
- формирование общекультурных ценностей;
- воспитание личности учащегося с установкой на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в творческой деятельности.

Условия реализации программы

Обучение проводится на русском языке.

Форма обучения – очная.

Для обучения по программе принимаются мальчики и девочки в возрасте 6-8 лет, не имеющих медицинских противопоказаний, имеющие физические данные для занятий хореографией.

Набор детей в группу осуществляется на основании входного тестирования с целью оценки по следующим параметрам:

- внешние данные, сценичность;
- танцевальный шаг (вперед, в сторону, назад);
- гибкость;
- прыжок;
- координация;
- музыкальность, танцевальность.

Дети, не имеющие допуска по медицинским показаниям, не допускаются к занятиям по данной программе.

Наполняемость учебной группы:

1-й год обучения - 15 человек

2-й год обучения – 10 человек

Техническое и материальное обеспечение:

- спортивный зал или хореографический класс
- Шведская стенка;
- Маты;
- Гимнастические кубики;
- Скакалки;
- Гимнастические резинки;
- Аудио аппаратура;
- Костюмы для выступлений;
- Форма и обувь для занятий.

Кадровое обеспечение программы: программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимой квалификационной категории.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты

- Сформированы знания об основных направлениях хореографического искусства: классический танец, народно-сценический танец, стилизованный танец, эстрадный танец, джазовый танец, современный танец, спортивный танец. Понимание правильного исполнения хореографических комбинация различной стилистики, знание о правильном построении урока.
- Сформированы умения исполнения основных комплексов упражнений общей физической подготовки и специальной физической подготовки;
- Сформированы умения исполнения гимнастических элементов и применения приемов сценической акробатики;
- Сформировано умение работы с актерским образом, понимание художественной выразительности танца;
- Приобретение приемов и навыков постановочной и исполнительской сценической деятельности;
- Сформированы основные знания по анатомии и психофизиологии организма во время физической нагрузки.

Метапредметные результаты

- Развитие физических данных ребенка: шаг, гибкость, растяжка, выворотность, прыжок, вращение;
- Развить чувство ритма и музыкальное исполнение танцевальных композиций, музыкальный слух необходимый в хореографии, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- Развитие психических процессов таких как: память (тренировка зрительной и слуховой, двигательной и механической памяти), развитие внимания (его концентрация на конкретных объектах и общей картине), работа с восприятием окружающего мира через изучение возможностей собственного тела;
- Развить коммуникабельность, сформировать навыки общения в коллективе;
- Развивать мотивацию к творческой деятельности;
- Развивать танцевальную выразительность;
- Развивать творческие способности детей на основе личностно ориентированного подхода;
- Развивать у учащихся творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Личностные результаты:

- Воспитано уважение к национальной культуре, сохранению исторической памяти, ценности культурного наследия в области хореографического искусства;
- Воспитание всесторонне развитой творческой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- Воспитание положительных качеств личности, таких как дисциплинированность, выдержка, организованность, ответственность, умения взаимодействия и сотрудничества в коллективе;
- Сформированы общекультурные ценности и личностные ориентиры;
- Личность учащегося имеет установку на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в творческой деятельности.

Способы определения результативности освоения программы:

- участие в праздниках, концертах, фестивалях, конкурсах, спектаклях;
- участие в открытых уроках;
- результаты промежуточного и итогового показа.

Учебный план

1-й год обучения

№	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Тестирование
2.	Общая и специальная физическая подготовка	22	2	20	Зачет
3.	Гимнастика и сценическая акробатика	30	2	28	Зачет
4.	Основы классического танца	30	2	28	Зачет
5.	Народно-сценический и стилизованный танец	20	2	18	Зачет
6.	Детский танец	30	2	28	Наблюдение педагога
7.	Импровизация и актерское мастерство	10	2	8	Наблюдение педагога
8.	Постановочная работа	20	2	18	Наблюдение педагога
9.	Репетиционная работа	50	2	48	Наблюдение

					педагога
15.	Итоговое занятие	2	-	2	Зачет
	Итого:	216	18	198	

2-й год обучения

№	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Тестирование
2.	Общая и специальная физическая подготовка	22	2	20	Зачет
3.	Гимнастика и сценическая акробатика	30	2	28	Зачет
4.	Основы классического танца	30	2	28	Зачет
5.	Народно-сценический и стилизованный танец	20	2	18	Зачет
6.	Детский танец	30	2	28	Наблюдение педагога
7.	Импровизация и актерское мастерство	10	2	8	Наблюдение педагога
8.	Постановочная работа	20	2	18	Наблюдение педагога
9.	Репетиционная работа	50	2	48	Наблюдение педагога
15.	Итоговое занятие	2	-	2	Зачет
	Итого:	216	18	198	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1	1.09.	31.05.	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
2	1.09.	31.05.	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа

Рабочая программа 1-й год обучения

Группа 1-го года обучения сформирована из детей, которые ранее не занимались хореографией или спортом.

Особенности 1-го года обучения: на данном этапе обучения дети знакомятся с основными хореографическими и спортивными понятиями. Познают своё тело и овладевают базовыми навыками развития физических данных. Они выполняют упражнения в партере и на середине, способствующие развитию координации, музыкальности, танцевальности. Выполняются упражнения, развивающие высоту прыжка и «баллон». Знакомятся с основами классического танца, выполняя движения экзерсиса от простого к сложному, в чистом виде, в медленном темпе. Разучивают технику выполнения гимнастических и акробатических элементов, а также их связок, варианты взаимодействия спортивных элементов с танцем. Изучают основы народно-сценического и стилизованного танца, разучивают основные движения экзерсиса в народном характере у станка и на середине, изучают формы стилизации народного танца.

Репертуар строится на детской хореографии, идея номера соответствует возрасту обучающихся. Важное место занимает развитие эмоционального восприятия музыки посредством отображения в движении ее характера, темпа, динамики, даются базовые теоретические музыкальные знания. Дети 1го года обучения принимают участие в концертных программах, а также в танцевальных спектаклях. Самые артистически талантливые и физически одаренные дети могут стать солистами, что позитивно сказывается на их мотивации к дальнейшему обучению, а возможно и к профессиональной ориентации. В постановочную и репетиционную работу над масштабными проектами в форме танцевальных/балетных спектаклей вовлечены все участники коллектива. В процессе создания спектакля создается уникальная творческая среда для самореализации и развития в детях их творческого потенциала.

Задачи

Обучающие:

- сформировать знания об основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, стилизованный танец, эстрадный танец, джазовый танец, современный танец, спортивный танец.
- научить выполнять основные комплексы упражнений общей физической подготовки и специальной физической подготовки;
- изучить исполнение гимнастических элементов и основных приемов сценической акробатики;
- формирование знаний по актерскому мастерству;
- обучить навыкам постановочной и сценической деятельности;
- изучить основы анатомии и психофизиологии в танцевальной и спортивной деятельности.

Развивающие:

- Развить физические данные ребенка: шаг, гибкость, растяжка, выворотность, вращение, прыжок;
- Развить чувство ритма и музыкальное исполнение танцевальных композиций, музыкальный слух необходимый в хореографии, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- Развить психические процессы: память (тренировка зрительной и слуховой, двигательной и механической памяти), развитие внимания (его концентрация на конкретных объектах и общей картине), работа с восприятием окружающего мира через изучение возможностей собственного тела;
- Развить коммуникабельность, сформировать навыки общения в коллективе;
- Развить мотивацию к творческой деятельности;
- Развить танцевальную выразительность;
- Развить творческие способности детей на основе личностноориентированного подхода;
- Развить у учащихся творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Воспитательные:

- Воспитание уважения к национальной культуре, сохранения исторической памяти, ценности культурного наследия в области хореографического искусства;
- Воспитание всесторонне развитой творческой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;

- Воспитание положительных качеств личности, таких как дисциплинированность, выдержка, организованность, ответственность, умения взаимодействия и сотрудничества в коллективе;
- формирование общекультурных ценностей;
- воспитание личности учащегося с установкой на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в творческой деятельности.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты

- Сформированы знания об основных направлениях хореографического искусства: классический танец, народно-сценический танец, стилизованный танец, эстрадный танец, джазовый танец, современный танец, спортивный танец. Понимание правильного исполнения хореографических комбинация различной стилистики, знание о правильном построении урока.
- Сформированы умения исполнения основных комплексов упражнений общей физической подготовки и специальной физической подготовки;
- Сформированы умения исполнения гимнастических элементов и применения приемов сценической акробатики;
- Сформировано умение работы с актерским образом, понимание художественной выразительности танца;
- Приобретение приемов и навыков постановочной и исполнительской сценической деятельности;
- Сформированы основные знания по анатомии и психофизиологии организма во время физической нагрузки.

Метапредметные результаты

- Развитие физических данных ребенка: шаг, гибкость, растяжка, выворотность, прыжок, вращение;
- Развить чувство ритма и музыкальное исполнение танцевальных композиций, музыкальный слух необходимый в хореографии, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- Развитие психических процессов таких как: память (тренировка зрительной и слуховой, двигательной и механической памяти), развитие внимания (его концентрация на конкретных объектах и общей картине), работа с восприятием окружающего мира через изучение возможностей собственного тела;
- Развить коммуникабельность, сформировать навыки общения в коллективе;
- Развивать мотивацию к творческой деятельности;
- Развивать танцевальную выразительность;
- Развивать творческие способности детей на основе личностноориентированного подхода;
- Развивать у учащихся творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Личностные результаты:

- Воспитано уважение к национальной культуре, сохранению исторической памяти, ценности культурного наследия в области хореографического искусства;
- Воспитание всесторонне развитой творческой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- Воспитание положительных качеств личности, таких как дисциплинированность, выдержка, организованность, ответственность, умения взаимодействия и сотрудничества в коллективе;
- Сформированы общекультурные ценности и личностные ориентиры;
- Личность учащегося имеет установку на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в творческой деятельности.

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Теория:

Знакомство с правилами коллектива: форма одежды, прическа. Техника безопасности на занятиях. Профилактика травматизма на занятиях. Оказание первой медицинской помощи. Планы коллектива на год. Анализ физической формы.

Форма контроля: тестирование

Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка

Теория:

Основные понятия физического развития. Значение ОФП для общего здоровья человека. ОФП в хореографии, значение СФП для современного танцора. Особенности и правила выполнения упражнений. Основные комплексы упражнений ОФП и СФП.

Практика:

Овладение навыками двигательной активности, способствующими успешному освоению дальнейших техник любого направления хореографии (классический, народный, современный, спортивный и пр.) Развитие основополагающих хореографических данных: выворотности, силы, гибкости, растяжки, "лёгкого" шага, формирование мышечного корсета, устойчивости, баланса, прыжка. Комплексы упражнений на развитие гибкости (спину, ног). Комплексы на развитие выворотности. Комплексы для развития подвижности стоп. Силовые комплексы. Прыжки на скакалке (в виде комбинаций).

Развитие и тренировка процессов: концентрации внимания, памяти, самодисциплины, волевых качеств, терпения, трудолюбия и собранности танцоров. Развитие понимания строения своего тела, умения управлять телесным аппаратом. Комплекс упражнений на восстановление и релаксацию.

Комплекс упражнений по ОФП и СФП:

- Подъем туловища из положения «лежа на спине»;
- Подъем туловища из положения «лежа на животе» (лодочка);
- Выпрыгивания («лягушки»);
- Сгибание- разгибание рук в упоре лежа (отжимания);
- Прыжок в длину с места;
- Челночный бег 3х10 с высокого старта;
- Наклон вперед (складка);
- удержание равновесия, стойка на одной ноге, другая согнута в колене;
- упражнение «рыбка» (прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног, колени вместе)
- наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, руками коснуться пола, исходное положение: лежа на спине

Форма контроля: Зачет посредством сдачи итоговых нормативов.

■ сдача нормативов общей физической подготовки

№	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1	Бег челночный 3х10 м с высокого старта	с	не более 10,3	не более 10,6
2	Удержание равновесия Стойка на одной ноге, другая согнута в колене, и ее стопа касается опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Выполняется с обеих ног.	с	Не менее 5	Не менее 5
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Количество раз	Не менее 7	Не менее 5
4	Упражнение «рыбка» Прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног, колени вместе	Количество раз	Не менее 10	Не менее 10

5	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, руками коснуться пола	Количество раз	Не менее 2	Не менее 3
5	исходное положение: лежа на спине Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение в течение 30 секунд	Количество раз	Не менее 15	Не менее 15

- сдача нормативов специальной физической подготовки

№	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1	Прыжок в высоту с поворотом вокруг продольной оси	градус	не менее 90	не менее 90
2	Продольный шпагат (с правой и левой ноги) Выполнение не менее одного шпагата.	с	не менее 5	не менее 5
3	Поперечный шпагат. Выполнение не менее одного шпагата.	с	не менее 5	не менее 5
4	Стойка на одной ноге, другая отведена назад, руки разведены в стороны – горизонтальная фиксация положения туловища (упражнение «ласточка») Фиксация положения	с	Не менее 5	Не менее 8
5	Исходное положение: лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от пальцев до пяток не более 40 см (упражнение «Мост»). Фиксация положения	с	Не менее 5	Не менее 5

Тема 3. Гимнастика и сценическая акробатика

Теория:

Взаимодействие элементов акробатики с танцем. Изучение акробатических элементов на силу, ловкость, прыгучесть и баланс выполняются практически без статических фигур и пауз. Комплекс гимнастических упражнений, элементов и поддержек, специально подобранных с целью увеличения возможностей в танце, придания большей зрелищности.

Акробатика как визуальный эффект для повышения зрелищности танцевальной композиции.

Оценка сложности, точности, чистоты, четкости и визуального эффекта.

Критерии оценки:

- Прямой корпус, натянутые ноги, руки во время выполнения элемента
- Четкость приземления (выполняется на две ноги вместе)
- Стабильность положения при приземлении
- Техника выполнения элемента

Практика:

Разучивание техники выполнения гимнастических и акробатических элементов, а также их связок: «шпагат», «колесо», «рондат», «мост», «угол», «спичаг», переворот вперед/назад, переворот вперед/назад на одной руке, маховое сальто, фляк.

Форма контроля: наблюдение, выполнение контрольных заданий.

Тема 4. Основы классического танца

Теория:

Терминология и методика исполнения движений классического танца.

Практика:

Классический экзерсис у станка

Освоение и отработка движений:

- Поклон
- Demi и grand plie - развивает и укрепляет коленный и голеностопный суставы, вырабатывает эластичность мышц ног.
- Battement tendu – развитие силы ног, натянутости стоп и коленей, развивает подвижность и выворотность стопы.
- Battement tendu jete - развивает силу мышц ног.
- Rond de jambe par terre - укрепляет тазобедренный сустав, развивает его выворотность.
- Battement fondu - развивает силу, выворотность ног, эластичность мышц, укрепляет суставы ног.
- Battement frappe - отрабатывает быстрое и точное сгибание и разгибание ноги, выворотность колена, силу удара.
- Rond de jambe en l'air - отрабатывает технику исполнения, силу и выворотность ног.
- Adagio - развивает силу ног, развивает шаг, учит удержанию ног на определенной высоте, развивает танцевальность, выразительное исполнение движений, придает изящества позам.
- Grand battement jete - развивает силу ног, отрабатывает величину растяжки шага.

Классический экзерсис на середине

Теория: Педагог объясняет правила исполнения каждого движения и показывается правильное исполнение.

Практика:

Все выученные движения экзерсиса у станка переносятся на середину зала.

- Позы croise, efface и ecarte
- Temps lie par terre
- 1, 2, 3 port de bras
- Pas de bourree без перемены ног из стороны в сторону
- Tour chaines
- Подготовка к soutenu

Прыжки (allegro)

Теория:

Педагог объясняет правила исполнения каждого движения и показывается правильное исполнение.

Практика:

Освоение и отработка движений.

- sauté по I, II, IV и V позициям
- Pas glissade
- Pas echappe
- Pas assemble
- Changement de pieds
- Pas chasse

Вращения (tours)

Теория:

Педагог объясняет правила исполнения каждого движения и показывается правильное исполнение.

Практика:

Освоение и отработка движений:

- Tour chaines
- Подготовка к soutenu

Форма контроля: наблюдение педагога, открытый урок, итоговый показ.

Тема 4. Народно-сценический и стилизованный танец

Теория:

Народно-сценический танец как часть народной и театральной культуры. Национальное многообразие народного танца. Образно-смысловая содержательность народного танца. Манера исполнения. Народный танец на балетной сцене. Принципы театрализации народного танца. Искусство выдающихся танцовщиков — исполнителей народно-сценических танцев, создателей образов в балетных спектаклях. Тематическое и жанровое разнообразие репертуара.

Образцы классического наследия народного и народно-сценического танца. Народная стилизация русского танца. Народная образность в современной хореографии. Формы стилизации народного танца.

Практика:

Экзерсис у станка в русском характере:

- Plie – приседания (полуприседание и приседание).
- Battement tendu – упражнения на развитие подвижности стопы.
- Battement tendu jete – маленькие броски.
- Rond de jamb par terre – круговые движения ногой по полу или по воздуху.
- Подготовка к веревочке, веревочка
- Flic - flac – упражнения с ненапряженной стопой.
- Battement fondu – низкие и высокие развороты ноги.
- Battement developpe – раскрытие ноги на 90 градусов и выше 10.
- Дробные выстукивания
- Grand battement jete – большие броски

Разучивание этюдов в русском характере на середине зала (лирический и плясовой). Этюды на тему русской стилизации.

Форма контроля: наблюдение педагога, открытый урок, итоговый показ.

Тема 6. Детский танец

Теория: Педагог объясняет основы данного предмета и рассказывает о планах на год. Демонстрация видеоматериалов (фрагменты из балетных и оперных спектаклей, мюзиклов в исполнении мировых звёзд). Знакомство с идеей хореографического номера. Знакомство с детским хореографическим номером.

Практика: музыкально-ритмические игры, ритмический танец, изучение движений с элементами эстрадного, современного, народного танца.

Форма контроля: наблюдение педагога, открытый урок, итоговый показ

Тема 7. Импровизация и актерское мастерство

Теория: Импровизационные техники. Пантомима на балетной сцене. Актерское мастерство в балетном спектакле.

Практика: Выполнение импровизационных упражнений: импровизация с музыкой, ритмом. Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»). Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Центр веса тела в поддержке. Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» - Танец от разных частей тела. Контактная импровизация: - эмоциональный контакт в движении в группе, - центр веса тела в поддержке. Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» (разнообразные приемы) - Танец от разных частей тела - «Поток» (связь движений) - «Пространство за спиной» - «Танцор, обычный человек, нет некрасивых движений» - «Порядок входа в танец. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды.

Пантами в балетном спектакле (жесты, движения, мимика, которыми актёры как бы разговаривают друг с другом). Изучение игровых мизансцен из балетных спектаклей классического наследия.
Форма контроля: наблюдение, выполнение контрольных заданий.

Тема 8. Постановочная работа

Теория:

Законы драматургии и их использование в хореографическом произведении. Хореографический текст как одно из выразительных средств хореографической. Пантомима в балетном спектакле. Рисунок танца. Особенности музыкального оформления хореографического произведения. Музыкальная драматургия балетного спектакля. Особенности сценографии (создания зрительного образа театрального спектакля посредством декораций, костюмов, освещения, грима, бутафории и реквизита, постановочной техники). Работа служб и цехов балетного театра.

Практика:

Постановочная работа - индивидуально неповторимый, творческий процесс создания хореографического произведения, имеющий определённые закономерности.

- Балетмейстерская работа по созданию нового хореографического произведения ведётся в нескольких направлениях: индивидуальная работа постановщика по созданию хореографического произведения (формирование идеи и замысла);
- построение драматургической линии хореографической композиции;
- разработка композиционного плана;
- беседы и рассказы о будущей хореографической постановке
- выбор солистов на основании образных характеристик героев, и физических способностей исполнителей;
- распределение ролей;
- постановка хореографических сцен;
- постановка пантомимных мизансцен;

Форма контроля: генеральная репетиция хореографического произведения.

Тема 9. Репетиционная работа

Теория:

Объяснение организационных моментов будущих выступлений.

Практика:

Репетиционная работа над созданной хореографической постановкой или спектаклем. Работа над техничностью и синхронностью исполнения, артистичностью, музыкальностью.

Форма контроля: итоговое выступление с готовым хореографическим произведением.

Тема 10. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов за год. Беседа о перспективах на следующий год и о необходимости занятий детей во время каникул.

Практика: Показ подготовленных уроков по детскому, народно-сценическому и спортивному танцу.

Календарно-тематическое планирование

На 20 - 20 учебный год

_____ (дата)

По программе «Эстрадно-спортивный танец»

Согласовано

Педагог _____

зав.

отделом _____

1 й год обучения, группа № _____

Номер Занятия	Дата занятия планируемая	Дата занятия фактическая	Тема учебного занятия	Количество часов
1			Вводное занятие	2
2			Общая и специальная физическая	2

			подготовка	
3			Общая и специальная физическая подготовка	2
4			Гимнастика и сценическая акробатика	2
5			Гимнастика и сценическая акробатика	2
6			Гимнастика и сценическая акробатика	2
7			Основы классического танца	2
8			Основы классического танца	2
9			Основы классического танца	2
10			Народно-сценический и стилизованный танец	2
11			Народно-сценический и стилизованный танец	2
12			Народно-сценический и стилизованный танец	2
13			Детский танец	2
14			Детский танец	2
15			Детский танец	2
16			Импровизация и актерское мастерство	2
17			Импровизация и актерское мастерство	2
18			Импровизация и актерское мастерство	2
19			Постановочная работа	2
20			Постановочная работа	2
21			Постановочная работа	2
22			Репетиционная работа	2
23			Репетиционная работа	2
24			Репетиционная работа	2
25			Общая и специальная физическая подготовка	2
26			Общая и специальная физическая подготовка	2
27			Общая и специальная физическая подготовка	2
28			Гимнастика и сценическая акробатика	2
29			Гимнастика и сценическая акробатика	2
30			Гимнастика и сценическая акробатика	2
31			Основы классического танца	2
32			Основы классического танца	2
33			Основы классического танца	2
34			Народно-сценический и стилизованный танец	2

35			Народно-сценический и стилизованный танец	2
36			Народно-сценический и стилизованный танец	2
37			Детский танец	2
38			Детский танец	2
39			Детский танец	2
40			Импровизация и актерское мастерство	2
41			Импровизация и актерское мастерство	2
42			Гимнастика и сценическая акробатика	2
43			Постановочная работа	2
44			Постановочная работа	2
45			Постановочная работа	2
46			Репетиционная работа	2
47			Репетиционная работа	2
48			Репетиционная работа	2
49			Общая и специальная физическая подготовка	2
50			Общая и специальная физическая подготовка	2
51			Общая и специальная физическая подготовка	2
52			Гимнастика и сценическая акробатика	2
53			Гимнастика и сценическая акробатика	2
54			Гимнастика и сценическая акробатика	2
55			Основы классического танца	2
56			Основы классического танца	2
57			Основы классического танца	2
58			Народно-сценический и стилизованный танец	2
59			Народно-сценический и стилизованный танец	2
60			Народно-сценический и стилизованный танец	2
61			Детский танец	2
62			Детский танец	2
63			Детский танец	2
64			Основы классического танца	2
65			Основы классического танца	2
66			Основы классического танца	2
67			Постановочная работа	2
68			Постановочная работа	2
69			Постановочная работа	2
70			Репетиционная работа	2
71			Репетиционная работа	2

72			Репетиционная работа	2
73			Общая и специальная физическая подготовка	2
74			Общая и специальная физическая подготовка	2
75			Общая и специальная физическая подготовка	2
76			Гимнастика и сценическая акробатика	2
77			Гимнастика и сценическая акробатика	2
78			Гимнастика и сценическая акробатика	2
79			Основы классического танца	2
80			Основы классического танца	2
81			Основы классического танца	2
82			Народно-сценический и стилизованный танец	2
83			Репетиционная работа	2
84			Репетиционная работа	2
85			Детский танец	2
86			Детский танец	2
87			Детский танец	2
88			Постановочная работа	2
89			Гимнастика и сценическая акробатика	2
90			Гимнастика и сценическая акробатика	2
91			Детский танец	2
92			Детский танец	2
93			Детский танец	2
94			Репетиционная работа	2
95			Репетиционная работа	2
96			Репетиционная работа	2
97			Репетиционная работа	2
98			Репетиционная работа	2
99			Репетиционная работа	2
100			Репетиционная работа	2
101			Репетиционная работа	2
102			Репетиционная работа	2
103			Репетиционная работа	2
104			Репетиционная работа	2
105			Репетиционная работа	2
106			Репетиционная работа	2
107			Репетиционная работа	2
108			Итоговое занятие	2
	Итого:			216

Воспитательная работа и массовые мероприятия

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки
1	Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города	в течение года
2	Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города	в течение года
3	Посещение театра (балетный спектакль)	в течение года
4	Посещение музея театрального и музыкального искусства	в течение года
5	Праздник Нового года	декабрь
6	Конкурс собственных постановок	апрель
7	Открытое занятие для родителей	Декабрь-январь
8	Праздники 23 февраля, 8 марта	Февраль-март
9	Класс-концерт	май
10	Спектакль	май

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. Устав театра танца. (форма одежды, прическа, правила посещения и пропусков занятий). Дисциплинарные особенности. Подготовка к выступлениям (особенности участия в концертах, конкурсах, спектаклях). Организационные вопросы. Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. Итоги учебного года и творческие перспективы.	сентябрь В течение года декабрь май
Совместные мероприятия	Посещение детей с родителями праздничных концертов, города, концертных программ ДЮТЦ Отчетные (открытые) занятия Посещение отчетного концерта ДЮТЦ Участие в культурно-массовых мероприятиях учреждения, района и города. Посещение балетных спектаклей и музеев.	В течение года декабрь, апрель май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года, в середине года, в конце года	Сентябрь Январь Май
Индивидуальные и групповые консультации	Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей Групповые консультации Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях Индивидуальные консультации по развитию физических данных детей Консультации по профессиональной профориентации детей. Индивидуальные и групповые консультации по вопросам спортивно-хореографической подготовки	Октябрь Ноябрь Декабрь Февраль Апрель Май

2-й год обучения

На 2-й год обучения принимаются дети, ранее обучавшиеся по данной программе, а также могут быть приняты дети, годные по состоянию здоровья и своим физическим данным к занятиям хореографией и спортом и имеющие хореографическую подготовку или опыт эстетических видов спорта.

Особенности 2-го года обучения: на данном этапе дети совершенствуют ранее освоенные физические навыки и умения, происходит более углубленное изучение разнообразных стилей танца, занятия усложняются, в соответствии с уровнем развития обучающихся. Упражнения экзерсиса классического и народно-сценического танца усложняются, темп увеличивается. Репертуар становится более сложным и разнообразным, лексика детского танца наполняется стилизованными движениями других стилей танца. Усложняются гимнастические и акробатические элементы и упражнения. Важное место занимает развитие эмоционального восприятия музыки посредством отображения в движении ее характера, темпа, динамики, даются базовые теоретические музыкальные знания. Дети 2го года обучения принимают участие в концертных программах, а также в танцевальных спектаклях. Самые артистически талантливые и физически одаренные дети могут получить сольную партию, что позитивно сказывается на их мотивации к дальнейшему обучению, а возможно и к профессиональной ориентации. В постановочную и репетиционную работу над масштабными проектами в форме танцевальных/балетных спектаклей вовлечены все участники коллектива. В процессе создания спектакля создается уникальная творческая среда для самореализации и развития в детях их творческого потенциала.

Задачи

Обучающие:

- сформировать знания об основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, стилизованный танец, эстрадный танец, джазовый танец, современный танец, спортивный танец.
- научить выполнять основные комплексы упражнений общей физической подготовки и специальной физической подготовки;
- изучить исполнение гимнастических элементов и основных приемов сценической акробатики;
- формирование знаний по актерскому мастерству;
- обучить навыкам постановочной и сценической деятельности;
- изучить основы анатомии и психофизиологии в танцевальной и спортивной деятельности.

Развивающие:

- Развить физические данные ребенка: шаг, гибкость, растяжка, выворотность, вращение, прыжок;
- Развить чувство ритма и музыкальное исполнение танцевальных композиций, музыкальный слух необходимый в хореографии, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- Развить психические процессы: память (тренировка зрительной и слуховой, двигательной и механической памяти), развитие внимания (его концентрация на конкретных объектах и общей картине), работа с восприятием окружающего мира через изучение возможностей собственного тела;
- Развить коммуникабельность, сформировать навыки общения в коллективе;
- Развить мотивацию к творческой деятельности;
- Развить танцевальную выразительность;
- Развить творческие способности детей на основе личностно ориентированного подхода;
- Развить у учащихся творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Воспитательные:

- Воспитание уважения к национальной культуре, сохранения исторической памяти, ценности культурного наследия в области хореографического искусства;
- Воспитание всесторонне развитой творческой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- Воспитание положительных качеств личности, таких как дисциплинированность, выдержка, организованность, ответственность, умения взаимодействия и сотрудничества в коллективе;
- формирование общекультурных ценностей;
- воспитание личности учащегося с установкой на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в творческой деятельности.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты

- Сформированы знания об основных направлениях хореографического искусства: классический танец, народно-сценический танец, стилизованный танец, эстрадный танец, джазовый танец, современный танец, спортивный танец. Понимание правильного исполнения хореографических комбинация различной стилистики, знание о правильном построении урока.
- Сформированы умения исполнения основных комплексов упражнений общей физической подготовки и специальной физической подготовки;
- Сформированы умения исполнения гимнастических элементов и применения приемов сценической акробатики;
- Сформировано умение работы с актерским образом, понимание художественной выразительности танца;
- Приобретение приемов и навыков постановочной и исполнительской сценической деятельности;
- Сформированы основные знания по анатомии и психофизиологии организма во время физической нагрузки.

Метапредметные результаты

- Развитие физических данных ребенка: шаг, гибкость, растяжка, выворотность, прыжок, вращение;
- Развить чувство ритма и музыкальное исполнение танцевальных композиций, музыкальный слух необходимый в хореографии, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- Развитие психических процессов таких как: память (тренировка зрительной и слуховой, двигательной и механической памяти), развитие внимания (его концентрация на конкретных объектах и общей картине), работа с восприятием окружающего мира через изучение возможностей собственного тела;
- Развить коммуникабельность, сформировать навыки общения в коллективе;
- Развивать мотивацию к творческой деятельности;
- Развивать танцевальную выразительность;
- Развивать творческие способности детей на основе личностно ориентированного подхода;
- Развивать у учащихся творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Личностные результаты:

- Воспитано уважение к национальной культуре, сохранению исторической памяти, ценности культурного наследия в области хореографического искусства;
- Воспитание всесторонне развитой творческой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- Воспитание положительных качеств личности, таких как дисциплинированность, выдержка, организованность, ответственность, умения взаимодействия и сотрудничества в коллективе;
- Сформированы общекультурные ценности и личностные ориентиры;
- Личность учащегося имеет установку на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в творческой деятельности.

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Теория:

Знакомство с правилами коллектива: форма одежды, прическа. Техника безопасности на занятиях. Профилактика травматизма на занятиях. Оказание первой медицинской помощи.

Планы коллектива на год. Анализ физической формы.

Форма контроля: тестирование

Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка

Теория:

Основные понятия физического развития. Значение ОФП для общего здоровья человека. ОФП в хореографии, значение СФП для современного танцора. Особенности и правила выполнения упражнений. Основные комплексы упражнений ОФП и СФП.

Практика:

Овладение навыками двигательной активности, способствующими успешному освоению дальнейших техник любого направления хореографии (классический, народный, современный, спортивный и пр.) Развитие основополагающих хореографических данных: выворотности, силы, гибкости, растяжки, "лёгкого" шага, формирование мышечного корсета, устойчивости, баланса, прыжка. Комплексы упражнений на развитие гибкости (спину, ног). Комплексы на развитие выворотности. Комплексы для развития подвижности стоп. Силовые комплексы. Прыжки на скакалке (в виде комбинаций).

Развитие и тренировка процессов: концентрации внимания, памяти, самодисциплины, волевых качеств, терпения, трудолюбия и собранности танцоров. Развитие понимания строения своего тела, умения управлять телесным аппаратом. Комплекс упражнений на восстановление и релаксацию.

Комплекс упражнений по ОФП и СФП:

- Подъем туловища из положения «лежа на спине»;
- Подъем туловища из положения «лежа на животе» (лодочка);
- Выпрыгивания («лягушки»);
- Сгибание- разгибание рук в упоре лежа (отжимания);
- Прыжок в длину с места;
- Челночный бег 3х10 с высокого старта;
- Наклон вперед (складка);
- удержание равновесия, стойка на одной ноге, другая согнута в колене;
- упражнение «рыбка» (прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног, колени вместе)
- наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, руками коснуться пола, исходное положение: лежа на спине

Форма контроля: Зачет посредством сдачи итоговых нормативов.

■ сдача нормативов общей физической подготовки

№	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1	Бег челночный 3х10 м с высокого старта	с	не более 10,3	не более 10,6
2	Удержание равновесия Стойка на одной ноге, другая согнута в колене и ее стопа касается опорной ноги. Глаза закрыты, руки разведены в стороны. Выполняется с обеих ног.	с	Не менее 5	Не менее 5
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	Количество раз	Не менее 7	Не менее 5
4	Упражнение «рыбка»	Количество раз	Не менее 10	Не менее 10

	Прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног, колени вместе			
5	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами, руками коснуться пола	Количество раз	Не менее 2	Не менее 3
5	исходное положение: лежа на спине Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение в течение 30 секунд	Количество раз	Не менее 15	Не менее 15

- сдача нормативов специальной физической подготовки

№	Упражнение	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
1	Прыжок в высоту с поворотом вокруг продольной оси	градус	не менее 90	не менее 90
2	Продольный шпагат (с правой и левой ноги) Выполнение не менее одного шпагата.	с	не менее 5	не менее 5
3	Поперечный шпагат. Выполнение не менее одного шпагата.	с	не менее 5	не менее 5
4	Стойка на одной ноге, другая отведена назад, руки разведены в стороны – горизонтальная фиксация положения туловища (упражнение «ласточка») Фиксация положения	с	Не менее 5	Не менее 8
5	Исходное положение: лежа на спине. Руки и ноги на ширине плеч, выгнуть спину назад с опорой на ладони и стопы. Расстояние от пальцев до пяток не более 40 см (упражнение «Мост»). Фиксация положения	с	Не менее 5	Не менее 5

Тема 3. Гимнастика и сценическая акробатика

Теория:

Взаимодействие элементов акробатики с танцем. Изучение акробатических элементов на силу, ловкость, прыгучесть и баланс выполняются практически без статических фигур и пауз. Комплекс гимнастических упражнений, элементов и поддержек, специально подобранных с целью увеличения возможностей в танце, придания большей зрелищности.

Акробатика как визуальный эффект для повышения зрелищности танцевальной композиции.

Оценка сложности, точности, чистоты, четкости и визуального эффекта.

Критерии оценки:

- Прямой корпус, натянутые ноги, руки во время выполнения элемента
- Четкость приземления (выполняется на две ноги вместе)
- Стабильность положения при приземлении
- Техника выполнения элемента

Практика:

Разучивание техники выполнения гимнастических и акробатических элементов, а также их связок: «шпагат», «колесо», «рондат», «мост», «угол», «спичаг», переворот вперед/назад, переворот вперед/назад на одной руке, маховое сальто, фляк.

Форма контроля: наблюдение, выполнение контрольных заданий.

Тема 4. Основы классического танца

Теория:

Терминология и методика исполнения движений классического танца.

Практика:

Классический экзерсис у станка

Освоение и отработка движений:

- Поклон
- Demi и grand plie - развивает и укрепляет коленный и голеностопный суставы, вырабатывает эластичность мышц ног.
- Battement tendu – развивает силы ног, натянутости стоп и коленей, развивает подвижность и выворотность стопы.
- Battement tendu jete - развивает силу мышц ног.
- Rond de jambe par terre - укрепляет тазобедренный сустав, развивает его выворотность.
- Battement fondu - развивает силу, выворотность ног, эластичность мышц, укрепляет суставы ног.
- Battement frappe - отрабатывает быстрое и точное сгибание и разгибание ноги, выворотность колена, силу удара.
- Rond de jambe en l'air - отрабатывает технику исполнения, силу и выворотность ног.
- Adagio - развивает силу ног, развивает шаг, учит удержанию ног на определенной высоте, развивает танцевальность, выразительное исполнение движений, придает изящества позам.
- Grand battement jete - развивает силу ног, отрабатывает величину растяжки шага.

Классический экзерсис на середине

Теория: Педагог объясняет правила исполнения каждого движения и показывается правильное исполнение.

Практика:

Все выученные движения экзерсиса у станка переносятся на середину зала.

- Позы croise, efface и ecarte
- Temps lie par terre
- 1, 2, 3 port de bras
- Pas de bourre без перемены ног из стороны в сторону
- Tour chaines
- Подготовка к soutenu

Прыжки (allegro)

Теория:

Педагог объясняет правила исполнения каждого движения и показывается правильное исполнение.

Практика:

Освоение и отработка движений.

- sauté по I, II, IV и V позициям
- Pas glissade
- Pas echappe
- Pas assemble
- Changement de pieds
- Pas chasse

Вращения (tours)

Теория:

Педагог объясняет правила исполнения каждого движения и показывается правильное исполнение.

Практика:

Освоение и отработка движений:

- Tour chaines
- Подготовка к soutenu

Форма контроля: наблюдение педагога, открытый урок, итоговый показ.

Тема 4. Народно-сценический и стилизованный танец

Теория:

Народно-сценический танец как часть народной и театральной культуры. Национальное многообразие народного танца. Образно-смысловая содержательность народного танца. Манера исполнения. Народный танец на балетной сцене. Принципы театрализации народного танца. Искусство выдающихся танцовщиков — исполнителей народно-сценических танцев, создателей образов в балетных спектаклях. Тематическое и жанровое разнообразие репертуара.

Образцы классического наследия народного и народно-сценического танца. Народная стилизация русского танца. Народная образность в современной хореографии. Формы стилизации народного танца.

Практика:

Экзерсис у станка в русском характере:

- Plie – приседания (полуприседание и приседание).
- Battement tendu – упражнения на развитие подвижности стопы.
- Battement tendu jete – маленькие броски.
- Rond de jamb par terre – круговые движения ногой по полу или по воздуху.
- Подготовка к веревочке, веревочка
- Flic - flac – упражнения с ненапряженной стопой.
- Battement fondu – низкие и высокие развороты ноги.
- Battement developpe – раскрывание ноги на 90 градусов и выше 10.
- Дробные выстукивания
- Grand battement jete – большие броски

Разучивание этюдов в русском характере на середине зала (лирический и плясовой). Этюды на тему русской стилизации.

Форма контроля: наблюдение педагога, открытый урок, итоговый показ.

Тема 6. Детский танец

Теория: Педагог объясняет основы данного предмета и рассказывает о планах на год. Демонстрация видеоматериалов (фрагменты из балетных и оперных спектаклей, мюзиклов в исполнении мировых звёзд). Знакомство с идеей хореографического номера. Знакомство с детским хореографическим номером.

Практика: музыкально-ритмические игры, ритмический танец, изучение движений с элементами эстрадного, современного, народного танца.

Форма контроля: наблюдение педагога, открытый урок, итоговый показ

Тема 7. Импровизация и актерское мастерство

Теория: Импровизационные техники. Пантомима на балетной сцене. Актерское мастерство в балетном спектакле.

Практика: Выполнение импровизационных упражнений: импровизация с музыкой, ритмом. Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»). Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Центр веса тела в поддержке. Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» - Танец от разных частей тела. Контактная импровизация: - эмоциональный контакт в движении в группе, - центр веса тела в поддержке. Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание»

(разнообразные приемы) - Танец от разных частей тела - «Поток» (связь движений) - «Пространство за спиной» - «Танцор, обычный человек, нет некрасивых движений» - «Порядок входа в танец. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды.

Пантами в балетном спектакле (жесты, движения, мимика, которыми актёры как бы разговаривают друг с другом). Изучение игровых мизансцен из балетных спектаклей классического наследия.

Форма контроля: наблюдение, выполнение контрольных заданий.

Тема 8. Постановочная работа

Теория:

Законы драматургии и их использование в хореографическом произведении. Хореографический текст как одно из выразительных средств хореографической. Пантомима в балетном спектакле. Рисунок танца. Особенности музыкального оформления хореографического произведения. Музыкальная драматургия балетного спектакля. Особенности сценографии (создания зрительного образа театрального спектакля посредством декораций, костюмов, освещения, грима, бутафории и реквизита, постановочной техники). Работа служб и цехов балетного театра.

Практика:

Постановочная работа - индивидуально неповторимый, творческий процесс создания хореографического произведения, имеющий определённые закономерности.

- Балетмейстерская работа по созданию нового хореографического произведения ведётся в нескольких направлениях:
индивидуальная работа постановщика по созданию хореографического произведения (формирование идеи и замысла);
- построение драматургической линии хореографической композиции;
- разработка композиционного плана;
беседы и рассказы о будущей хореографической постановке
- выбор солистов на основании образных характеристик героев, и физических способностей исполнителей;
- распределение ролей;
- постановка хореографических сцен;
- постановка пантомимных мизансцен;

Форма контроля: генеральная репетиция хореографического произведения.

Тема 9. Репетиционная работа

Теория:

Объяснение организационных моментов будущих выступлений.

Практика:

Репетиционная работа над созданной хореографической постановкой или спектаклем. Работа над техничностью и синхронностью исполнения, артистичностью, музыкальностью.

Форма контроля: итоговое выступление с готовым хореографическим произведением.

Тема 10. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов за год. Беседа о перспективах на следующий год и о необходимости занятий детей во время каникул.

Практика: Показ подготовленных уроков по детскому, народно-сценическому и спортивному танцу.

Календарно-тематическое планирование

На 20 - 20 учебный год _____ (дата)

По программе «Эстрадно-спортивный танец»

Педагог _____

2-й год обучения, группа № _____

Согласовано

зав.

отделом _____

Номер Занятия	Дата занятия планируемая	Дата занятия фактическая	Тема учебного занятия	Количество часов
1			Вводное занятие	2
2			Общая и специальная физическая подготовка	2
3			Общая и специальная физическая подготовка	2
4			Гимнастика и сценическая акробатика	2
5			Гимнастика и сценическая акробатика	2
6			Гимнастика и сценическая акробатика	2
7			Основы классического танца	2
8			Основы классического танца	2
9			Основы классического танца	2
10			Народно-сценический и стилизованный танец	2
11			Народно-сценический и стилизованный танец	2
12			Народно-сценический и стилизованный танец	2
13			Детский танец	2
14			Детский танец	2
15			Детский танец	2
16			Импровизация и актерское мастерство	2
17			Импровизация и актерское мастерство	2
18			Импровизация и актерское мастерство	2
19			Постановочная работа	2
20			Постановочная работа	2
21			Постановочная работа	2
22			Репетиционная работа	2
23			Репетиционная работа	2
24			Репетиционная работа	2
25			Общая и специальная физическая подготовка	2
26			Общая и специальная физическая подготовка	2
27			Общая и специальная физическая подготовка	2
28			Гимнастика и сценическая акробатика	2
29			Гимнастика и сценическая акробатика	2
30			Гимнастика и сценическая акробатика	2

31			Основы классического танца	2
32			Основы классического танца	2
33			Основы классического танца	2
34			Народно-сценический и стилизованный танец	2
35			Народно-сценический и стилизованный танец	2
36			Народно-сценический и стилизованный танец	2
37			Детский танец	2
38			Детский танец	2
39			Детский танец	2
40			Импровизация и актерское мастерство	2
41			Импровизация и актерское мастерство	2
42			Гимнастика и сценическая акробатика	2
43			Постановочная работа	2
44			Постановочная работа	2
45			Постановочная работа	2
46			Репетиционная работа	2
47			Репетиционная работа	2
48			Репетиционная работа	2
49			Общая и специальная физическая подготовка	2
50			Общая и специальная физическая подготовка	2
51			Общая и специальная физическая подготовка	2
52			Гимнастика и сценическая акробатика	2
53			Гимнастика и сценическая акробатика	2
54			Гимнастика и сценическая акробатика	2
55			Основы классического танца	2
56			Основы классического танца	2
57			Основы классического танца	2
58			Народно-сценический и стилизованный танец	2
59			Народно-сценический и стилизованный танец	2
60			Народно-сценический и стилизованный танец	2
61			Детский танец	2
62			Детский танец	2
63			Детский танец	2
64			Основы классического танца	2
65			Основы классического танца	2
66			Основы классического танца	2

67			Постановочная работа	2
68			Постановочная работа	2
69			Постановочная работа	2
70			Репетиционная работа	2
71			Репетиционная работа	2
72			Репетиционная работа	2
73			Общая и специальная физическая подготовка	2
74			Общая и специальная физическая подготовка	2
75			Общая и специальная физическая подготовка	2
76			Гимнастика и сценическая акробатика	2
77			Гимнастика и сценическая акробатика	2
78			Гимнастика и сценическая акробатика	2
79			Основы классического танца	2
80			Основы классического танца	2
81			Основы классического танца	2
82			Народно-сценический и стилизованный танец	2
83			Репетиционная работа	2
84			Репетиционная работа	2
85			Детский танец	2
86			Детский танец	2
87			Детский танец	2
88			Постановочная работа	2
89			Гимнастика и сценическая акробатика	2
90			Гимнастика и сценическая акробатика	2
91			Детский танец	2
92			Детский танец	2
93			Детский танец	2
94			Репетиционная работа	2
95			Репетиционная работа	2
96			Репетиционная работа	2
97			Репетиционная работа	2
98			Репетиционная работа	2
99			Репетиционная работа	2
100			Репетиционная работа	2
101			Репетиционная работа	2
102			Репетиционная работа	2
103			Репетиционная работа	2
104			Репетиционная работа	2
105			Репетиционная работа	2
106			Репетиционная работа	2
107			Репетиционная работа	2

108		Итоговое занятие	2
	Итого:		216

Воспитательная работа и массовые мероприятия

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки
1	Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города	в течение года
2	Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города	в течение года
3	Посещение театра (балетный спектакль)	в течение года
4	Посещение музея театрального и музыкального искусства	в течение года
5	Праздник Нового года	декабрь
6	Конкурс собственных постановок	апрель
7	Открытое занятие для родителей	Декабрь-январь
8	Праздники 23 февраля, 8 марта	Февраль-март
9	Класс-концерт	май
10	Спектакль	май

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. Устав театра танца. (форма одежды, прическа, правила посещения и пропусков занятий). Дисциплинарные особенности. Подготовка к выступлениям (особенности участия в концертах, конкурсах, спектаклях). Организационные вопросы. Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. Итоги учебного года и творческие перспективы.	сентябрь В течение года декабрь май
Совместные мероприятия	Посещение детей с родителями праздничных концертов, города, концертных программ ДЮТЦ Отчетные (открытые) занятия Посещение отчетного концерта ДЮТЦ Участие в культурно-массовых мероприятиях учреждения, района и города. Посещение балетных спектаклей и музеев.	В течение года декабрь, апрель май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года, в середине года, в конце года	Сентябрь Январь Май

Индивидуальные и групповые консультации	Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей	Октябрь
	Групповые консультации	Ноябрь
	Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях	Декабрь
	Индивидуальные консультации по развитию физических данных детей	Февраль
	Консультации по профессиональной профориентации детей.	Апрель Май
	Индивидуальные и групповые консультации по вопросам спортивно-хореографической подготовки	

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

1. На этапе приема проводится входной контроль, в виде индивидуального просмотра и беседы. Входной контроль проводится с целью оценки физических данных ребенка. Оценивается уровень физической подготовки, танцевальные возможности, природные данные ребенка. Контроль за освоением учебного материала проводится в нескольких формах:
2. Текущий контроль - проводится на каждом занятии в форме наблюдения и анализа уровня включенности обучающихся в процесс. Он является одной из форм отслеживания результатов освоения дополнительной образовательной программы и предполагает: тестирование, проводимое на каждом занятии (проверка терминологии и определение степени усвоения теоретического материала), а также индивидуального наблюдения — при выполнении практических приемов учащимися;
3. Промежуточный контроль проводится 2 раза в год по полугодиям и представляет собой контрольный урок.
4. Итоговая диагностика и контроль.

Отслеживание результативности образовательной деятельности по программе.

Виды контроля	Формы проведения	Сроки
Входной	Просмотр Собеседование	Сентябрь
Текущий	Беседа. Наблюдение педагога	В течение года
Промежуточный	Контрольный урок	Декабрь. Май
Итоговый	Отчетный концерт, спектакль, класс-концерт	Апрель - Май

Формы фиксации образовательных результатов

Основной формой фиксации образовательных результатов является диагностика, как промежуточная форма контроля освоения программы.

Показатели и критерии диагностики результативности освоения общеразвивающей программы «Эстрадно-спортивный танец»

O1, O2, O3, O4, O5, O6 – показатели результативности освоения общеразвивающей программы в соответствии с задачами в области обучения.

P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8 – показатели результативности освоения общеразвивающей программы в соответствии с задачами в области развития

B1, B2, B3, B4, B5 – показатели результативности освоения общеразвивающей программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению:

3-высокий уровень,

2- средний уровень,

1 – низкий, незначительный уровень.

Воспитательные:

- Воспитание уважения к национальной культуре, сохранения исторической памяти, ценности культурного наследия в области хореографического искусства;
- Воспитание всесторонне развитой творческой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- Воспитание положительных качеств личности, таких как дисциплинированность, выдержка, организованность, ответственность, умения взаимодействия и сотрудничества в коллективе;
- формирование общекультурных ценностей.

Показатель	Критерии		
	3	2	1
O1 Сформированность знаний об основных направлениях хореографии: классический танец, народно-сценический танец, стилизованный танец, эстрадный танец, джазовый танец, современный танец, спортивный танец.	Учащийся хорошо знает отличительные особенности различных стилей танцевального искусства.	Учащийся не всегда может увидеть отличительные особенности танцевальных стилей	Учащийся не видит различий между направлениями хореографического искусства.
O2 Умение выполнять основные комплексы общей физической подготовки и специальной физической подготовки	Знание правил исполнения основных упражнений общей физической и специальной физической подготовки. Соблюдение этих правил при исполнении упражнений.	Учащийся умеет выполнять все упражнения ОФП и СФП, однако при их исполнении ему не достает развитых физических навыков (силы, скорости, ловкости, координации, гибкости)	Умение выполнять не весь комплекс упражнений на ОФП и СФП.

О3 Исполнение гимнастических элементов и основных приемов сценической акробатики	Умеет методически правильно исполнять базовые гимнастические и акробатические элементы. Знает позиции рук, ног, корпуса, положения головы. Умеет объяснить методику проучивания и исполнения каждого движения. Знает особенности сценического исполнения акробатических элементов в хореографических постановках.	Знает и умеет исполнять гимнастические и акробатические элементы. Понимает отличие спортивной от сценической акробатики. При исполнении элементов исполняет их не достаточно технично.	Исполнение базовых элементов не точно, слабая техника рук, ног и корпуса, недостаточно фиксации в движениях.
О4 Формирование знаний по актерскому мастерству	Учащийся понимает, о чём хореографическое произведение, может правильно передать эмоции, Умеет донести образ до зрителя. Хорошо владеет пантомимой, мимикой и жестами.	Правильно передает нужные эмоции после неоднократного объяснения и показа педагогом. Неплохо владеет пантомимой, мимикой и жестами. Не точно доносит образ до зрителя.	Не понимает смысла хореографического произведения, не передает эмоции, заложенные в хореографическое произведение. Низкий эмоциональный фон, нет эмоционального отклика на хореографическое произведение. Не владеет мимикой, не доносит образ до зрителя.
О5 Обладание навыками постановочной и сценической деятельности	Умеет драматургически и композиционно правильно самостоятельно создавать этюды и номера на заданную тему в различных хореографических стилях.	Умеет самостоятельно создавать этюды и номера на заданную тему в различных хореографических стилях. Драматургия, композиция, или другие выразительные средства хореографии могут быть нарушены.	Не умеет самостоятельно создавать этюды и номера на заданную тему в различных хореографических стилях.
О6 Сформированные знания по основам анатомии и психовизиологии в танцевальной и спортивной деятельности	Умение объективно и точно оценивать уровень своей общей и специальной физической подготовки, а также общее физическое состояние организма. Знание и умение правильно применять комплекс упражнений, направленный на расслабление мышц тела.	Обучающийся не точно оценивает уровень своей общей и специальной подготовки. Знает и умеет применять комплекс упражнений, направленный на расслабление мышц тела.	Обучающийся не может без помощи педагога оценить уровень своей общей и специальной физической подготовки. Недостаточно владеет своим телом, выполняет

			комплекс упражнений для расслабления мышц тела под руководством педагога.
Р1 Развитые физические данные тела: шаг, гибкость, растяжка, выворотность, прыжок, вращение	Свободно исполняет физические упражнения у станка и на середине зала. Имеет развитый шаг, гибкость, растяжку, выворотность, прыжок, вращение. Исполнение упражнений чистое, правильное, легкое и техничное.	Исполняет не все перечисленные упражнения или исполняет их с пометками.	Не может правильно исполнить ни одно из упражнений.
Р2 Развитое чувство ритма и музыкальное исполнение движений	Умеет определять музыкальные размеры, темп и ритм музыкального произведения, исполнять танцевальную композицию в соответствии с заданными параметрами, умение использовать музыкальные акценты	Умеет определять музыкальные размеры произведения, однако не всегда способен музыкально исполнить танцевальные движения.	Не развит музыкальный слух, не умеет определять музыкальный размер произведения, не слышит музыкальных акцентов, исполнение хореографической композиции не музыкальное.
Р3 Развиты психические процессы такие как: память (тренировка зрительной и слуховой, двигательной и механической памяти), развито внимание (его концентрация на конкретных объектах и общей картине), проведена работа с восприятием	Одинаково уверенно умеет воспринимать и воспроизводить хореографический текст, пользуясь любым видом памяти. Умеет долго концентрировать внимание и выполнять монотонные повторения. Может предугадывать вид итоговой танцевальной композиции.	Умеет воспринимать хореографический текст через меньшее число каналов связи. Способен концентрировать внимание на выполнении долгосрочных повторений на меньшее время. Частично может предугадать вид итоговой композиции.	Умеет воспринимать хореографический текст при помощи зрительной памяти, посредством копирования движения. Способен концентрировать внимание на выполнении долгосрочных повторений на короткое время. Не способен предугадать вид

окружающего мира через изучение возможностей собственного тела			итоговой танцевальной композиции.
Р4 Развита коммуникабельность, сформировать навыки общения в коллективе	Умеет продуктивно взаимодействовать с членами коллектива. Умеет выстраивать взаимоотношения, учитывая обособленность группы от окружения и наличия специфических узкогрупповых целей и внутригрупповой системы ценностей. Умеет поддерживать здоровый уровень конкуренции. Соблюдает этику творческого общения.	Взаимодействует с членами коллектива только во время учебных занятий и репетиций. Выстраивает взаимоотношения с членами группы с помощью педагога, опираясь на специфику творческой группы, её цели и внутригрупповую систему ценностей. Умеет поддерживать внутри группы здоровый уровень конкуренции. Соблюдает этику поведения.	Не умеет выстраивать взаимоотношения, т.к. плохо понимает специфику взаимодействия внутри творческого коллектива, её цели и внутригрупповую систему ценностей. Не всегда соблюдает этику поведения.
Р5 Развита мотивация к творческой деятельности	Ребенок отличается стабильной посещаемостью, устойчивым интересом к виду деятельности коллектива, интерес постоянно поддерживается обучающимся самостоятельно и осознанно.	Ребенок имеет пропуски занятий без уважительной причины, выполняет большинство заданий по просьбе педагога, интерес периодически поддерживается обучающимся самостоятельно.	Ребенок имеет частые пропуски занятий, имеет слабую заинтересованность к виду деятельности, интерес к занятиям продиктован обучающемуся извне (выбор родителей, друзей)
Р6 Развита танцевальная выразительность	Ребенок умеет пользоваться средствами танцевальной выразительности (знает лексику танца, его движения осознаны и гармоничны, умеет передать образность хореографического номера, применяет артистические навыки, умеет прочувствовать и передать зрителю образность). Разбирается в композиции и рисунках танца. Умеет	Ребенок умеет пользоваться средствами танцевальной выразительности (знает лексику танца, умеет передать образность хореографического номера, пытается применять артистические навыки. Разбирается в композиции и рисунках танца. Умеет работать с костюмом, реквизитом и декорациями.	Ребенок не умеет пользоваться средствами танцевальной выразительности.

	работать с костюмом, реквизитом и декорациями.		
Р7 Развитые творческие способности детей на основе личностно ориентированного подхода	Умеет творчески мыслить, импровизировать, создавать собственные этюды и постановки. Осознает свою творческую индивидуальность и уникальность.	Умеет творчески мыслить. Импровизация и собственные постановки вызывают сложности.	Не умеет творчески мыслить.
Р8 Развитая творческая инициатива и способность к самовыражению в танце	Проявляет творческую инициативу во время подготовки хореографических постановок. Рождает яркие идеи касающиеся лексики, рисунков, музыкального оформления танца, визуальных эффектов, костюмов, реквизита и декораций.	Проявляет творческую инициативу во время подготовки хореографических постановок. Готов к творческому сотрудничеству.	Не проявляет творческую инициативу.
В1 Воспитание уважения к национальной культуре, сохранения исторической памяти, ценности культурного наследия в области хореографического искусства	Коллективное посещение культурных мероприятий: музеев, выставок, концертов. Проявляет интерес к произведениям хореографического искусства, относящимся к классическому и национальному наследию.	Самостоятельное посещение культурных мероприятий: музеев, выставок, концертов.	Нет данных о посещении культурных мероприятий.
В2 Воспитание всесторонне развитой творческой	Умеет самостоятельно развиваться и самосовершенствоваться. Направляет свои усилия не только на личные достижения, но и на достижениях всего коллектива. Умеет стойко	Умеет самостоятельно развиваться и самосовершенствоваться. Направляет свои усилия не только на личные достижения, но и на достижениях всего коллектива. Развита	Не умеет самостоятельно развиваться и самосовершенствоваться. Не испытывает интереса в развитии в области

личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию	переносить интенсивные нагрузки. Развит в физической, морально-волевой области, а также имеет глубокий массив знаний в области искусства.	физической, морально-волевой области, однако имеет поверхностные знания в области искусства.	хореографии и искусства в широком смысле слова.
В3 Воспитание положительных качеств личности, таких как смелость, настойчивость, дисциплинированность, выдержка, организованность, ответственность;	Умеет стойко переносить интенсивные нагрузки. Умеет организовывать свой распорядок дня в соответствии с репетиционным процессом. Ответственно относится к своему здоровью, результативности своей деятельности.	При интенсивных нагрузках необходима моральная поддержка педагога. Умеет организовывать свой распорядок дня в соответствии с репетиционным процессом. Не достаточно серьезно относится к своему здоровью, результативности своей деятельности.	Тяжело переносит интенсивные нагрузки. Не способен без посторонней помощи организовать свой распорядок дня. Не ощущает без помощи педагога важности отслеживания состояния здоровья. Не способен сам отслеживать результативность своей деятельности.
В4 Сформированы базовые общекультурные ценности обучающихся	Уважительно относится к своему и чужому труду. Воспитаны нематериальные ценности: коллективизм, духовность, любовь и сострадание, альтруизм, терпимость, сопереживание, стремление к совершенствованию.	Дети имеют сформированные базовые ценности, однако пока не способны достаточно глубоко их осознать.	Базовые ценности не сформированы или сформированы слабо.
В5 Установка на здоровый образ жизни	Умение ценить своё здоровье, понимать единство и взаимосвязь различных видов здоровья человека: физического, нравственного, социально-психологического. Знать и выполнять санитарно-гигиенические правила, соблюдать здоровьесберегающий режим дня.	Учащиеся внимательно относятся к своему здоровью, при помощи педагога понимают взаимосвязь различных его видов. Знают санитарно-гигиенические правила.	Учащиеся не могут оценить состояние своего здоровья без помощи педагога или родителей. Плохо ориентируются в санитарно-гигиенических правилах.

Способы и формы фиксации результатов

1. Грамоты, дипломы, благодарственные письма, формирование портфолио на каждого обучающегося;
2. Ведение дневника артиста

Методические материалы

Педагогические методики и технологии

Для успешной реализации программы при обучении будут использованы следующие технологии:

- Личностно-ориентированные технологии
- Здорово-сберегающие - использование физических упражнений, зарядки для дыхания; игровые технологии;
- Информационные технологии – дистанционные задания, видео материал, презентации

Методы обучения

- Словесный;
- Наглядный;
- Практический.

Форма одежды

На занятия допускаются учащиеся, одежда, прическа и обувь соответствуют гигиеническим правилам проведения занятий по хореографии. Форма одежды единая.

Одежда:

1. Единый форменный хореографический купальник
2. Единые форменные шорты
3. Носки, балетки
4. Недопустимо ношение бижутерии и ювелирных украшений
5. Прическа: волосы должны быть аккуратно убраны в прическу типа «кичка», «пучок» при помощи шпилек, заколок-«невидимок». Недопустимы распущенные волосы, хвосты, длинные челки и косы. Кол-во заколок должно быть умеренным. Прическа должна смотреться аккуратно и не должна мешать на занятии. Длинная челка также убирается.

Учащиеся должны знать, что внешний вид важен не только на сцене, но и на повседневных занятиях. Это прививает определенную культуру занятий, воспитывает аккуратность и опрятность во внешнем виде.

Дистанционная поддержка

Раздел программы, темы	Учебно-методические материалы	Проверочные задания / вопросы
Основы классического танца	Экзамены по классическому танцу АРБ им. Вагановой №1 https://www.youtube.com/watch?v=cS_4FlMTU04 №2 https://www.youtube.com/watch?v=ozyczQLCBVM №3 https://www.youtube.com/watch?v=NxUJvI-lxD8 №4 https://www.youtube.com/watch?v=4V_iKnv72kY №5 https://www.youtube.com/watch?v=1aGm0dzyKII №6 https://www.youtube.com/watch?v=vV8ZT1gwYLk №7 https://www.youtube.com/watch?v=PNZcy80E2uE №8 https://www.youtube.com/watch?v=T7E0X_m7Is8 №9 https://www.youtube.com/watch?v=8d8RJYWOGSw №10 https://www.youtube.com/watch?v=SB4XT5AwR_k	Задание: Посмотреть видеозапись урока по классическому танцу.
Народно-сценический и стилизованный танец	Экзамен по народно-сценическому танцу АРБ им. Вагановой №1 https://www.youtube.com/watch?v=GngTFnLAqMA&list=PLnz0mT8r-gg3HTQsX2nEweuarAWZqPR2G №2 https://www.youtube.com/watch?v=l-4kFIbcvJg&list=PLnz0mT8r-gg3HTQsX2nEweuarAWZqPR2G&index=3 №3 https://www.youtube.com/watch?v=agsXRLbi76c&list=PLnz0mT8r-gg3HTQsX2nEweuarAWZqPR2G&index=4 №4 https://www.youtube.com/watch?v=87t7xP1Yhpk&list=PLnz0mT8r-gg3HTQsX2nEweuarAWZqPR2G&index=5 №5 https://www.youtube.com/watch?v=L_DdMztireE №6 https://www.youtube.com/watch?v=e-Dz0OD4JXA №7 Мастер класс по испанскому танцу https://www.youtube.com/watch?v=zBnFA8_DIyI&list=PLnz0mT8r-gg3HTQsX2nEweuarAWZqPR2G&index=28 №8 Хореографический семинар в ансамбле П.Вирского	Задание: Посмотреть видеозапись урока по народно-сценическому танцу

		https://www.youtube.com/watch?v=Qlm7pyV0cgM&list=PLnz0mT8r-gg3HTQsX2nEweuarAWZqPR2G&index=13	
Народно-сценический и стилизованный танец	и	Примеры характерного танца на балетной сцене: №1 https://www.youtube.com/watch?v=vQ-URvnK-x8 №2 https://www.youtube.com/watch?v=Y5mIONASrts №3 https://www.youtube.com/watch?v=7yn3lYUVwyA №4 https://www.youtube.com/watch?v=4gpqpkVrhM №5 https://www.youtube.com/watch?v=KykGuJKcP3A №6 https://www.youtube.com/watch?v=eqLZYtg4gzY №7 https://www.youtube.com/watch?v=dBPrCLsOUTQ	Задание: Посмотреть и изучить видеозапись с точки зрения характера исполнения
Гимнастика сценическая акробатика	и	Текстовый материал лекция: «Основы акробатики» Серия видео уроков: «Элементы акробатики» https://vk.com/public193372150?w=wall-193372150_20	Практическое задание: 1) Изучить основные акробатические упражнения, а также правила их исполнения опираясь на теоретический материал лекции и видео уроки. 2) Самостоятельно исполнить данные упражнения, записать исполнение на видео.
Общая специальная физическая подготовка	и	Видео материал «Партерная гимнастика Б.Князева» №1 https://www.youtube.com/watch?v=qddZ-kz3X6Q №2 https://www.youtube.com/watch?v=0GbrTX9feNA&list=PLSWgHMDusXnVoT_sPfkDe7oIn7eZEPjFE №3 https://www.youtube.com/watch?v=DE4GNOZibsY&list=PLfIG0qj1Fcqq5UffPiDZ60rfXXHf4Ppjr №4	Практическое задание: 1) Изучить наглядный материал видео урока. 2) Просматривая видео урок самостоятельно

	https://www.youtube.com/watch?v=AYYU05Crc4Q	исполнить упражнения. Записать исполнение на видео или сделать фото каждого положения.
Развитие данных	Изучения комплекса упражнений на развитие данных №1 https://vk.com/public193372150?w=wall193372150_22 №2 https://www.youtube.com/watch?v=pUPRy0ua0_s №3 https://www.youtube.com/watch?v=L4kG0ked1vE&list=PLdMMME4-N52dB0NHKelG0rEkOd3iWAvzL №4 https://www.youtube.com/watch?v=5-ebsOrMRZA №5 https://www.youtube.com/watch?v=I0U7WG2a05k №6 https://www.youtube.com/watch?v=CoNWhN6rU9M №7 https://www.youtube.com/watch?v=nxRvypKhgWk	Практическое задание: 3) Изучить наглядный материал лекции. 4) Просматривая видеурок самостоятельно исполнить упражнения 5) Записать исполнение на видео или сделать фото каждого положения.

Информационные источники

Научная, методическая, специальная литература

Литература для педагога:

1. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. – СПб: Лань, Планета музыки, 2008.
2. Базарова Н.П. Классический танец. - Л.: Искусство, 1984.
3. Базарова Н.П. Мей В. Азбука классического танца. - М.: Искусство, 1983.
4. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2000.
5. А.Я. Ваганова. Основы классического танца. – Лань, 2001.
6. Васильева Н. Танец. – Москва, 2000.
7. Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. – М.: ГИТИС, 1994.
8. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем. – М.: Театралис, 2004.-82с.
9. Генслер И.Г. Методика преподавания характерного танца. - СПб: академия русского балета имени А. Я. Вагановой, 2012.
10. Г.П. Гусев. Народный танец. Методика преподавания, М.: Владос, 2012.
11. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989.-123с
10. Зихлинская Л. Мей В. Первые шаги. – Киев: Логос, - 2004.
11. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – М.: Искусство, - 1976.
12. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, - 1972.
13. Королевская академия танца. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной программе. – М.: АСТ, - 2003.

14. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца Учебное пособие. — 4-е изд., стер. — СПб.: Лань, Планета музыки, 2010.
15. Коркин В. П. Акробатика.— М.: Физкультура и спорт, 1983.— 127 с, ил.— (Азбука спорта).
16. Мессерер А. М. Уроки классического танца. – СПб: Лань,- 2004.
17. Нельсон А. Коккен Ю. Анатомия упражнений на растяжку. -Мн.:Попурри. –2008.-
18. Нагайцева Л. Г. Балетная гимнастика. – Краснодар: Книжное издательство, - 2004.
19. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце. И.: «Планета музыки», - 2021
20. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. И.: «Планета музыки», - 2020
21. Перлина Л. В. Танец модерн и методика его преподавания. – Барнаул:Издательство АлтГАКИ, - 2010.
22. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе/П.К.Петров. - Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
23. Сапин М.Р., Брыксина З.Г. Анатомия и физиология детей и подростков: Учеб. Пособие для студ. пед. вузов. – М.: Акажемия, 2002.
24. Станиславский К.С. Искусство представления: классические этюды актерского тренинга.- СПб.:Азбука,Азбука-Аттикус,2012
25. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, - 1971.

Литература для детей:

- 1.Баланчин Д.,Мэйсон Ф.101 рассказ о большом балете/Пер.с англ.У.Сапциной.-М:КРОН-ПРЕСС,2000-494с.
- 2.Барышникова Т.Азбука хореографии
3. Яковлева Ю. «Азбука балета»
- 3.Худеков С.Н.Искусство танца:История.Культура.Ритуал/Худеков С.Н.-М.:Эксмо,2010.-544с.

Литература для родителей:

- 1.Баланчин Д.,Мэйсон Ф.101 рассказ о большом балете/Пер.с англ.У.Сапциной.-М:КРОН-ПРЕСС,2000-494с.
- 2.Цискаридзе Н.М. Мой театр. По страницам дневника. Книга I., И.:АСТ, - 2023.
- 3.Цискаридзе Н.М. Мой театр. По страницам дневника. Книга II., И.:АСТ, - 2024.

Электронные образовательные ресурсы, используемые для реализации программы

1. Сайт министерства спорт РФ www.minsport.gov.ru
2. Dancehelp.ru
3. Horeo.com.

**Условия приема на дополнительную образовательную программу
«Эстрадно-спортивный танец»**

При приеме на дополнительную образовательную программу «Эстрадно-спортивный танец» осуществляется отбор в целях установления соответствия между уровнем физических данных, базовых знаний по классическому, народно-сценическому и современному танцу, а также требованиями к таковым данным, необходимым для освоения дополнительной образовательной программы.

На 1-год обучения принимаются дети 6-7 лет после прохождения просмотра, где оценивается уровень их физических данных, музыкальные и координационные данные ребенка, а также эмоциональность и выразительность, имеющие хореографический опыт, обладающие знаниями в области танцевального искусства.

Физические данные

- Осанка
- Выворотность
- Танцевальный шаг
- Подъем стопы
- Гибкость
- Прыжок

Музыкально-ритмические данные

- Чувство ритма
- Координация движений:
- Нервная
- Мышечная
- Двигательная
- Музыкально-ритмическая

Сценическая культура

- Эмоциональная выразительность