



Частное общеобразовательное учреждение
«Образовательный комплекс «Точка будущего»

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Театр танца»
Художественной направленности**

Срок реализации программы: 4 года
Автор-составитель: Тамбовцева Ксения Михайловна

Иркутск 2025

Содержание

Пояснительная записка	3
Раздел 1. Учебный план	10
Раздел 2. Содержание программы	12
Раздел 3. Учебно-тематический план	22
Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год	29
Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы.....	29
Приложения.....	32

Пояснительная записка

Программа «Театр танца» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Актуальность программы «Современный танец» заключается в том, многие дети считают, что выйти на сцену и станцевать может только человек с прекрасными физическими данными, которые у него есть от природы. Благодаря этому изучение данного курса позволит каждому обучающемуся, вне зависимости от природных физических данных, попробовать свои силы в танцевальном искусстве и примерить на себя разные образы.

Преимущество данной программы выражено в сочетании теоретической и практической части занятий, которые взаимодополняют друг друга.

Цель обучения курса «Современный танец» развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций в жанре современного танца.

Задачи программы:

- 1) формирование у обучающихся музыкально-ритмических навыков;
- 2) формирование навыков правильного и выразительного движения в современной хореографии;
- 3) подготовка двигательного аппарата обучающихся к исполнению танцевального материала различного характера и степени технической трудности;
- 4) развитие познавательного интереса к культурно-историческому наследию нашей страны;
- 5) развитие эмоционального интеллекта обучающихся;
- 6) развитие потребности в творческом самовыражении обучающихся;
- 7) формирование навыка публичных выступлений.

Направленность программы «Современный танец» по содержанию является художественной. По уровню освоения программа является стартовой.

Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. На данном уровне обучающиеся осваивают:

- основы современного танца;
- хореографическую терминологию;
- понятие взаимосвязи музыки и движения.

Реализация программы на стартовом уровне направлена на формирование и развитие творческих способностей обучающихся в танцевальном искусстве, удовлетворение потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового образа жизни, мотивации личности к познанию, творчеству, труду, искусству, на организацию их свободного времени.

Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современный танец».

Личностные результаты:

- 1) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 2) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 3) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 4) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 5) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- 1) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 2) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 3) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 4) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты 1 года обучения (творческий уровень):

- знание основных терминов, позиций современного танца;
- умение точно исполнять разучиваемые движения;
- умение соединять элементы и движения в комбинации;
- умение ориентироваться на танцевальной площадке и в танцевальных рисунках на ней;
- умение различать стили современного танца;
- владение стилем и манерой исполнения танца;
- владение танцевальным репертуаром.

Предметные результаты 2 года обучения (базовый уровень):

- умение правильно танцевать и различать основные элементы современного танца по стилям;
- умение показать свои навыки на различных публичных выступлениях;
- умение использовать творческую фантазию для выполнения импровизации и творческих заданий;
- владение танцевальным репертуаром.

Предметные результаты 3 года обучения (продвинутый уровень)

- умение правильно танцевать и различать основные элементы современного танца по стилям;
- умение показать свои навыки на различных публичных выступлениях;
- умение использовать творческую фантазию для выполнения импровизации и творческих заданий;
- владение танцевальным репертуаром;
- умение самостоятельно разбирать и перерабатывать танцевальный видеоматериал;
- умение самостоятельно составлять танцевальные комбинации в паре, опираясь на заданную тему.

Предметные результаты 4 года обучения (продвинутый уровень)

- умение правильно танцевать и различать основные элементы современного танца по стилям;
- умение показать свои навыки на различных публичных выступлениях;
- умение использовать творческую фантазию для выполнения импровизации и творческих заданий;
- владение танцевальным репертуаром;
- умение самостоятельно разбирать и перерабатывать танцевальный видеоматериал;
- умение самостоятельно составлять танцевальные комбинации в паре, соединяя их в этюд, опираясь на заданную тему и выученный хореографический материал.

По окончании курса обучения обучающиеся будут знать:

- правила выполнения движений;
- структуру и ритмическую раскладку;
- общую терминологию современного танца.

обучающиеся будут уметь:

- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;
- танцевать в ансамбле;
- различать выразительные средства в передаче характерного настроения;
- грамотно исполнять программные движения;
- выражать танцевальный образ в разном эмоциональном состоянии;
- ориентироваться в направлениях современного танца;
- замечать ошибки в исполнении других и уметь предложить способы их исправления.

Форма обучения – очная.

Программа рассчитана на 4 года обучения.

Первый год обучения группа 12–16 лет – 102 часа.

Второй год обучения группа 12–16 лет – 102 часа.

Третий год обучения – группа 10-16 лет – 170 часов

Четвертый год обучения – группа 11-17 лет – 170 часов.

Общеразвивающая программа дополнительного образования «.....» разработана по принципу универсального дизайна и предполагает возможность освоения для обучающихся с разными образовательными потребностями.

Обучающиеся с особыми образовательными потребностями – категории обучающихся с инвалидностью, с ОВЗ, из социально уязвимых групп (например, воспитанники, детских домов, из семей мигрантов, билингвы и другие), одарённые, с отклоняющимся поведением¹.

Обучающийся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) - физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий²;

ТНР – тяжёлые нарушения речи³;

НОДА – нарушения опорно-двигательного аппарата⁴;

ЗПР – задержка психического развития⁵;

РАС – расстройства аутистического спектра⁶;

ТМНР – сложные нарушения/тяжёлые и множественные нарушения развития⁷,

СИПР – специальная индивидуальная программа развития для обучающихся с умеренной, тяжелой или глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями развития на основе требований ФГОС и ФАОП⁸.

Общие принципы адаптации, используемые при работе с обучающимися с особыми образовательными потребностями:

- Адаптация применяется только по мере необходимости;
- Уровень адаптации может варьироваться от значительного до минимального в зависимости от индивидуальных потребностей обучающихся;

¹ Федеральная образовательная программа основного общего образования, утверждённая приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 16 ноября 2022 г. № 993

² [Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ \(ред. от 17.02.2023\) "Об образовании в Российской Федерации" \(с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023\)](#)

³ Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", ст.79

⁴ Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", ст.79

⁵ Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", ст.79

⁶ Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", ст.79

⁷ Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", ст.79

⁸ Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. [приказом](#) Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1599) с изменениями и дополнениями от: 8 ноября 2022 г., п.2.3.

- Ориентация на зону ближайшего и актуального развития обучающегося (для обучающихся с ОВЗ информация отражена в индивидуальной карте развития);
- Степень адаптации постепенно снижается;
- При использовании педагогом адаптированных заданий в инклюзивной группе основной вид деятельности обучающихся принципиально не отличается;
- По возможности фронтальная инструкция остается общей для всех обучающихся;
- Предоставление дифференцированной помощи: стимулирующей (одобрение, эмоциональная поддержка), организующей (привлечение внимания, концентрирование на выполнении работы, напоминание о необходимости самопроверки, распределение времени для выполнения заданий), направляющей (повторение и разъяснение инструкции к заданию);
- Предоставление чек-листа с перечнем заданий занятия, где обучающийся может видеть следующий шаг и отмечать его выполнение;
- Включение в работу заданий, вызывающих эмоциональный подъем: игровые приемы, компьютерные технологии (компьютерные тренажеры или игровые задания);
- Индивидуализация стимульных материалов в зависимости от интересов обучающихся: подбор предметов, привлекающих обучающихся;
- Обучение с опорой на несколько анализаторов (полисенсорная основа реализации дополнительной общеразвивающей программы).
- При повышенных образовательных потребностях обучающихся возможно ускорение (прохождение программы в более быстром темпе), углубление (детальное изучение отдельных тем), обогащение (расширение содержания программы), проблематизация (постановка и решение усложнённых проблем).

Особенности организации учебного процесса:

Традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного или нескольких лет обучения в одной образовательной организации.

Занятия проводятся по группам. Группы формируются из обучающихся разного возраста.

Состав группы обучающихся – постоянный. Продолжительность одного академического часа – 40 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю: при продолжительности программы 68 часов в год – 2 часа; при продолжительности программы 136 часа в год – 4 часа; при продолжительности программы 170 часов в неделю – 5 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю в группе 11–14 лет в первый и во второй год обучения; 3 раза в неделю – в группе 7-10 лет в первый и второй год обучения; 2 раза в неделю – в группе 10-16 лет.

Программа адресована детям от 7 до 16 лет. Для обучения в первые два года принимаются все желающие, в третий и четвертый год обучения – те, кто прошел базовый уровень программы «Театр танца». Количество обучающихся до 15 человек в группе.

Организация и содержание методов оценки уровня усвоения программы обучающимися.

Формы аттестации: зачет, отчетные концерты, открытые уроки.

Текущий контроль включает следующие формы: зачетные занятия.

Показателями устойчивости интереса к деятельности и коллективу можно считать:

- текущая и перспективная сохранность контингента, наполняемость объединения;
- положительные мотивы посещения занятий;
- осознание обучающимися социальной значимости и полезности предмета (деятельности и коллектива) для себя;
- оценка ребенком роли предмета в его планах на будущее; широкое применение учащимися знаний на практике;

– наличие преемников и детей, выбравших свое дело или профессию, связанную с предметом.

Личностные достижения обучающихся.

Диагностика личностных достижений обучающихся – наиболее трудный аспект оценивания.

Критериями данного параметра могут стать:

Направленность динамики личностных изменений:

- характер изменения личностных качеств;
- направленность позиции ребенка в жизни и деятельности;
- адекватность мировосприятия, миропонимания и мировоззрения возрасту.

Нравственное развитие обучающихся (ориентация на нравственные ценности):

- характер отношений между педагогом и ребенком, между членами детского коллектива, микроклимат в группе;
- характер ориентаций и мотивов каждого ребенка и коллектива в целом,
- культура поведения обучающегося;
- освоение обучающимися культурных ценностей.

Творческая активность и самостоятельность обучающихся:

- владение технологиями поисковой, изобретательской, творческой деятельности;
- настроение и позиция ребенка в творческой деятельности (желание – нежелание, удовлетворенность – неудовлетворенность);
- эмоциональный комфорт (или дискомфорт) в творческой работе;
- способы выражения собственного мнения, точки зрения;
- количество и качество выдвигаемых идей, замыслов, нестандартных вариантов решений;
- степень стабильности творческих достижений во временном и качественном отношении;
- динамика развития каждого ребенка и коллектива в целом;
- разнообразие творческих достижений: по масштабности, степени сложности, по содержанию курса обучения и видам деятельности,
- удовлетворенность учащихся собственными достижениями, объективность самооценки.

Характеристика оценочных материалов

	Планируемые результаты	Критерии оценивания	Виды контроля/промежуточной аттестации	Диагностический инструментарий (формы, методы диагностики)
Личностные результаты	формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;	Умение работать в группе и задавать вопросы при изучении теоретического материала.		Наблюдение
	овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;	Проявление интереса к изучению материала		Наблюдение
	формирование эстетических	Проявление интереса к		Наблюдение, беседа

	потребностей, ценностей и чувств;	изучению материала		
	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;	Работа в группах, выполнение совместного творческого задания		Наблюдение
	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Проявление интереса к изучению материала		Наблюдение
Метапредметные результаты	освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;			
	формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;	Восприятие учащимся правильного и неправильного исполнения танцевальных элементов		Наблюдение
	освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;	Умение подвести итог занятия, перечислить освоенные навыки		Наблюдение, беседа
	овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	Знание терминологии и взаимосвязи практического исполнения с теоретическими знаниями		Наблюдение
Предметные результаты	формирование танцевально-исполнительской компетентности (владение основными теоретическими понятиями о классической хореографии);	Выполнение танцевального элемента согласно названию	Открытый урок	
	формирование осмысленного и выразительного исполнения хореографических упражнений и	Исполнение танцевальных элементов с учётом характера музыки и	Открытый урок/ концерт	

	элементов по классическому танцу.	нужного танцевального образа		
--	-----------------------------------	------------------------------	--	--

Оценивание образовательных результатов освоения программы критериальное, поддерживающее, отметок не предусмотрено (безотметочное).

Критериальное оценивание – это процесс, основанный на сравнении учебных достижений учащихся с четко определенными, коллективно выработанными, заранее известными всем участникам образовательного процесса критериями, соответствующими целям и содержанию образования. Один из принципов критериального оценивания – самооценивание. Основным инструментом, позволяющим оценить развитие навыков обучающегося по курсу «Театр танца» – это отслеживание динамики исполнения танцевальных элементов посредством видеозаписей с уроков, с репетиций, концертов. Подборка работ за год позволяет оценить прогресс.

Раздел 1. Учебный план
Учебный план группы возраста 7-10 лет (первый год обучения)

Название раздела	Количество часов	Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
Раздел 1. Вводное занятие	1	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения	5	
Раздел 3. Ритмические особенности современного танца	15	опрос
Раздел 4. Азбука классического танца	10	открытый урок/показ
Раздел 5. Основы актерского мастерства	12	
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений	25	открытый урок/концерт
Итого 68 часов		

Учебный план группы возраста 11-14 лет (первый год обучения)

Название раздела	Количество часов	Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
Раздел 1. Вводное занятие	1	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения	10	
Раздел 3. Современный танец и его особенности	20	опрос
Раздел 4. Азбука классического танца	10	открытый урок/показ
Раздел 5. Основы актерского мастерства	8	
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений	20	открытый урок/концерт
Итого 68 часов		

Учебный план группы возраста 7-10 лет (второй год обучения)

Название раздела	Количество часов	Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
Раздел 1. Вводное занятие	1	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения	15	
Раздел 3. Основы современного танца	25	опрос
Раздел 4. Азбука классического танца	30	открытый урок/показ
Раздел 5. Основы актерского мастерства	17	
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений	48	открытый урок/концерт
Итого 136 часов		

Учебный план группы 11-14 лет (второй год обучения)

Название раздела	Количество часов	Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
Раздел 1. Вводное занятие	1	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения	9	
Раздел 3. Модерн и джаз-модерн	21	опрос
Раздел 4. Азбука классического танца	12	открытый урок/показ
Раздел 5. Основы пластичной выразительности	27	
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений	32	открытый урок/концерт
Итого 102 часа		

Учебный план группы 10-16 лет (третий год обучения)

Название раздела	Количество часов	Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
Раздел 1. Вводное занятие	1	опрос
Раздел 2. Основы современного танца	23	опрос
Раздел 3. Партер (техника низкого полета)	22	опрос
Раздел 4. Кросс и импровизация	35	открытый урок/показ
Раздел 5. Композиционная постановка хореографических произведений	89	открытый урок/концерт
Итого 170 часов		

Учебный план группы 11-17 лет (четвертый год обучения)

Название раздела	Количество часов	Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
Раздел 1. Вводное занятие	1	опрос
Раздел 2. Современный танец XX века	23	опрос
Раздел 3. Партер в современном танце (техника низкого полета)	22	опрос
Раздел 4. Пластическая выразительность и импровизация	35	открытый урок/показ
Раздел 5. Композиционная постановка хореографических произведений	89	открытый урок/концерт
Итого 170 часов		

Раздел 2. Содержание программы

Первый год обучения (7-10 лет)

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Что такое театр танца. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям.
Организационные вопросы.

Практика. Поклон.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения

Тема 1. Постановка корпуса, рук, ног, головы

Теория. Основные правила, методика постановки корпуса, положения корпуса у станка и на середине. Понятие "подтянутый корпус".

Практика. Разучивание первой части разминки в комбинациях.

Тема 2. Развитие мышечного чувства.

Теория. Понятия "расслабленные и подтянутые мышцы", понятие "квадрат" (два плеча, два бедра). Смещенный корпус. Понятие "разогретые мышцы".

Практика. Разучивание второй части разминки в продвижении.

Тема 3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Теория. Основные понятия и приемы пластики в хореографии. Понятие "исходное положение" (стоя, сидя, лежа). Изучение особенностей строения человеческого тела (костный скелет, подвижность суставов и мышц).

Практика. Построения и исполнение движений (марш, подскоки, галоп, танцевальный шаг, приставной шаг, прыжки, grand battement) по кругу, в диагонали, по линиям, хаотично.

Раздел 3. Ритмические особенности современного танца

Тема 1. Характер музыки, темп, динамика.

Теория. Понятие «темп», «ритм», «кульминация», «такт» «музыкальный квадрат».

Практика. Прослушивание разно темповых музыкальных произведений и их развернутый анализ.

Тема 2. Ритмический рисунок.

Теория. Понятия «ритмический рисунок», «рисунок танца», «точка», «пространство», "круг", "диагональ", "линия", "колонна", "интервал", "чувство пространства".

Практика. Работа в парах, игры в «темпо-ритм».

Тема 3. Рисунок танца. Понятие «порядок движений».

Теория. Понятие «рисунок танца» и его виды, «порядок движений», виды перестроений в рисунках танца.

Практика. Разучивание комбинаций современного танца в разных рисунках танца.

Тема 4. Партерная гимнастика.

Практика. Отработка первой части урока в партере.

Тема 5. Работа с предметом.

Теория. Что такое реквизит и какова его роль в танце и образе.

Практика. Введение предмета в выученные комбинации современного танца.

Раздел 4. Азбука классического танца

Тема 1. Основные позиции ног в классическом танце.

Теория. Понятие "центр тяжести" с опорой. Смещение центра тяжести. Понятие "выворотность" и "полувыворотность". Понятие "опорная и работающая нога".

Практика. Правильное и неправильное положения корпуса у станка.

Тема 2. Основные позиции рук в классическом танце.

Теория. Понятия о выразительных средствах танца, о красоте рук.

Практика: Правильное и неправильное положение рук в позициях. Методика проучивания элементов классического танца в сочетании с головой (Port de bras).

Тема 3. Основные элементы экзерсиса у станка.

Теория. Понятия demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов у станка.

Тема 4. Основные элементы экзерсиса на середине.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 5. Прыжки в классическом танце по 1 и 2 позиции.

Теория. Понятия temps leve sauté, changement de pieds.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов temps leve sauté, changement de pieds. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 6. Партерная гимнастика.

Практика. Отработка первой части урока в партере.

Раздел 5. Основы актерского мастерства

Тема 1. Понятие эмоциональности.

Теория: Эмоции человека. Влияние музыки на образ. Понятие эмоциональности в танце.

Понятия "храбрость", "хитрость", "осторожность", "радость" и др.

Практика: Постановки этюдов по темам.

Тема 2. Актерское перевоплощение.

Практика. Постановка этюдов в разных образах, импровизация.

Тема 3. Создание сценического образа.

Теория. Понятие «образ», «сценический образ».

Практика. Разборы образов на примерах танцевальных композиций других коллективов.

Тема 4. Постановка этюдов. Работа в паре.

Практика. Отработка главных принципов работы в паре.

Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений

Практика: Изучение основных движений, рисунков танца, перестроений.

Работа над образами и характерами героев, работа с реквизитом. Репетиционная работа над готовой танцевальной композицией.

Второй год обучения (7-10 лет)

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям.

Организационные вопросы.

Практика. Поклон.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения

Тема 1. Постановка корпуса, рук, ног, головы

Теория. Основные правила, методика постановки корпуса, положения корпуса у станка и на середине. Понятие "подтянутый корпус".

Практика. Разучивание первой части разминки в комбинациях.

Тема 2. Развитие мышечного чувства.

Теория. Понятия "расслабленные и подтянутые мышцы", понятие "квадрат" (два плеча, два бедра). Смещенный корпус. Понятие "разогретые мышцы".

Практика. Разучивание второй части разминки в продвижении.

Тема 3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Теория. Основные понятия и приемы пластики в хореографии. Понятие "исходное положение" (стоя, сидя, лежа). Изучение особенностей строения человеческого тела (костный скелет, подвижность суставов и мышц).

Практика. Построения и исполнение движений (марш, подскоки, галоп, танцевальный шаг, приставной шаг, прыжки, grand battement) по кругу, в диагонали, по линиям, хаотично.

Раздел 3. Основы современного танца

Тема 1. Стили и направления современного танца.

Теория. Стили и направления современной хореографии. Характер и манера исполнения современных танцев. Прослушивание современной музыки. Знание требований, предъявляемых к исполнению современных танцев: грамотность, музыкальность, выразительность. Значение правил исполнения парных и массовых танцев: понятие об интервалах; понятие о движении по линии танца и против линии танца; согласованность движений.

Тема 2. Характерные особенности стилей современного танца.

Практика. Разучивание и закрепление танцевальных движений и положений в современном танце:

- положения и движения рук в современном танце;
- разновидность шагов: однонаправленные и разнонаправленные;
- ход одинарный, боковой, переменный, приставки, движение ногами;
- прыжки, повороты, выпады.

Тема 3. Джаз-модерн. История возникновения джаз-танца.

Теория. Понятия «джаз» в музыке, «модерн» как самостоятельное танцевальное течение, знакомство с первыми исполнителями сценического танца.

Практика. Разучивание комбинаций разминки с основными позициями ног и рук джаз-танце.

Раздел 4. Азбука классического танца

Тема 1. Основные позиции ног в классическом танце.

Теория. Понятие "центр тяжести" с опорой. Смещение центра тяжести. Понятие "выворотность" и "полувыворотность". Понятие "опорная и работающая нога".

Практика. Правильное и неправильное положения корпуса у станка.

Тема 2. Основные позиции рук в классическом танце.

Теория. Понятия о выразительных средствах танца, о красоте рук.

Практика: Правильное и неправильное положение рук в позициях. Методика проучивания элементов классического танца в сочетании с головой (Port de bras).

Тема 3. Основные элементы экзерсиса у станка.

Теория. Понятия demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов у станка.

Тема 4. Основные элементы экзерсиса на середине.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 5. Прыжки в классическом танце по 1,2 и 5 позициям.

Теория. Понятия temps leve sauté, changement de pieds.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов temps leve sauté, changement de pieds. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 6. Партерная гимнастика.

Практика. Отработка первой части урока в партере.

Раздел 5. Основы актерского мастерства

Тема 1. Понятие эмоциональности.

Теория: Эмоции человека. Влияние музыки на образ. Понятие эмоциональности в танце. Понятия "смелость", "отчаяние", "осторожность", "радость" и др.

Практика: Постановки этюдов по темам.

Тема 2. Актерское перевоплощение.

Практика. Постановка этюдов в разных образах.

Тема 3. Создание сценического образа.

Теория. Понятие «образ», «сценический образ».

Практика. Разборы образов на примерах танцевальных композиций других коллективов.

Тема 4. Постановка этюдов. Работа в паре/по группам.

Практика. Отработка главных принципов работы в паре/по группам.

Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений

Практика: Изучение основных движений, рисунков танца, перестроений.

Работа над образами и характерами героев, работа с реквизитом. Репетиционная работа над поставленной танцевальной композицией.

Первый год обучения (11-14 лет)

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям.
Организационные вопросы.
Практика. Поклон.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения

Тема 1. Постановка корпуса, рук, ног, головы

Теория. Основные правила, методика постановки корпуса, положения корпуса у станка и на середине. Понятие "подтянутый корпус".

Практика. Разучивание первой части разминки в комбинациях.

Тема 2. Развитие мышечного чувства.

Теория. Понятия "расслабленные и подтянутые мышцы", понятие "квадрат" (два плеча, два бедра). Смещенный корпус. Понятие "разогретые мышцы".

Практика. Разучивание второй части разминки в продвижении.

Тема 3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Теория. Основные понятия и приемы пластики в хореографии. Понятие "исходное положение" (стоя, сидя, лежа). Изучение особенностей строения человеческого тела (костный скелет, подвижность суставов и мышц).

Практика. Построения и исполнение движений (марш, подскоки, галоп, танцевальный шаг, приставной шаг, прыжки, grand battement) по кругу, в диагонали, по линиям, хаотично.

Раздел 3. Современный танец и его особенности

Тема 1. Стили и направления современного танца.

Теория. Стили и направления современной хореографии. Характер и манера исполнения современных танцев. Прослушивание современной музыки. Знание требований, предъявляемых к исполнению современных танцев: грамотность, музыкальность, выразительность. Значение правил исполнения парных и массовых танцев: понятие об интервалах; понятие о движении по линии танца и против линии танца; согласованность движений.

Тема 2. Характерные особенности стилей современного танца.

Практика. Разучивание и закрепление танцевальных движений и положений в современном танце:

- Положения и движения рук в современном танце.
- Разновидность шагов: однонаправленные и разнонаправленные.
- Ход одинарный, боковой, переменный. Приставки. Движение ногами.
- Прыжки. Повороты. Выпады.

Тема 3. Джаз-модерн. История возникновения джаз-танца.

Теория. Понятия «джаз» в музыке, «модерн» как самостоятельное танцевальное течение, знакомство с первыми исполнителями сценического танца.

Практика. Разучивание комбинаций разминки с основными позициями ног и рук джаз-танце.

Тема 4. Партерная гимнастика.

Практика. Отработка основной части урока в партере.

Тема 5. Работа с предметом.

Теория. Что такое реквизит и какова его роль в танце и образе.

Практика. Введение предмета в выученные комбинации современного танца.

Раздел 4. Азбука классического танца

Тема 1. Основные позиции ног в классическом танце.

Теория. Понятие "центр тяжести" с опорой. Смещение центра тяжести. Понятие "выворотность" и "полувыворотность". Понятие "опорная и работающая нога".
Практика. Правильное и неправильное положения корпуса у станка.

Тема 2. Основные позиции рук в классическом танце.
Теория. Понятия о выразительных средствах танца, о красоте рук.
Практика: Правильное и неправильное положение рук в позициях. Методика проучивания элементов классического танца в сочетании с головой (Port de bras).

Тема 3. Основные элементы экзерсиса у станка.
Теория. Понятия demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre.
Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов у станка.

Тема 4. Основные элементы экзерсиса на середине.
Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 5. Прыжки в классическом танце по 1,2 и 5 позициям.
Теория. Понятия temps leve sauté, changement de pieds.
Практика. Объяснение методики исполнения элементов temps leve sauté, changement de pieds. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 6. Партерная гимнастика.
Практика. Отработка первой части урока в партере.

Раздел 5. Основы актерского мастерства

Тема 1. Понятие эмоциональности.
Теория: Эмоции человека. Влияние музыки на образ. Понятие эмоциональности в танце.
Понятия "смелость", "отчаяние", "осторожность", "радость" и др.
Практика: Постановки этюдов по темам.

Тема 2. Актерское перевоплощение.
Практика. Постановка этюдов в разных образах.

Тема 3. Создание сценического образа.
Теория. Понятие «образ», «сценический образ».
Практика. Разборы образов на примерах танцевальных композиций других коллективов.

Тема 4. Постановка этюдов. Работа в паре/по группам.
Практика. Отработка главных принципов работы в паре/по группам.

Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений

Практика: Изучение основных движений, рисунков танца, перестроений.
Работа над образами и характерами героев, работа с реквизитом. Репетиционная работа над поставленной танцевальной композицией.

Второй год обучения (11-14 лет)

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям. Организационные вопросы.

Практика. Поклон.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения

Тема 1. Постановка корпуса, рук, ног, головы

Теория. Основные правила, методика постановки корпуса, положения корпуса у станка и на середине. Понятие "подтянутый корпус".

Практика. Разучивание первой части разминки в комбинациях.

Тема 2. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Теория. Основные понятия и приемы пластики в хореографии. Понятие "исходное положение"(стоя, сидя, лежа). Изучение особенностей строения человеческого тела (костный скелет, подвижность суставов и мышц).

Практика. Построения и исполнение движений (подскоки, галоп, танцевальный шаг, приставной шаг, прыжки, grand battement) по кругу, в диагонали, по линиям, хаотично. Разучивание второй части разминки в комбинациях.

Раздел 3. Модерн и джаз-модерн

Тема 1. Основные принципы джаз-модерн танца.

Теория. Истоки современной хореографии и её историческая связь с классическим танцем. Законы общей координации движений тела.

Практика. Основные позиции ног и рук в джаз-модерне.

Тема 2. Мультипликация.

Теория. Полицентрия и полиметрия в танце, акценты в музыкальных произведениях.

Практика. Прослушивание музыки, анализ ее с расставлением акцентов. Комбинации для второй части разминки.

Тема 3. Изоляция, уровни и передвижение в пространстве.

Теория. Изоляция как основной технический прием обучения джаз-танцу. Понятия «импульс», «Contraction/release», «центр».

Практика. Разучивание комбинаций джаз-танца. Работа над комплексами изоляций - голова: соединение движений с другими центрами. Плечи: соединение с движениями других центров. Грудная клетка в сочетании с различными движениями.

Тема 4. Партерная гимнастика.

Теория. Техника исполнения движений партера.

Практика. Составление и отработка танцевальных комбинаций в партере.

Тема 5. Комбинации и импровизация в джаз-танце.

Теория. Повтор основных терминов и понятий джаз-танца.

Практика. Составление и отработка танцевальных комбинаций, работа над импровизацией.

Раздел 4. Азбука классического танца

Тема 1. Основные позиции ног и рук в классическом танце.

Теория. Понятие "центр тяжести" с опорой. Смещение центра тяжести. Понятие "выворотность" и "полувыворотность". Понятие "опорная и работающая нога".

Практика. Правильное и неправильное положения корпуса у станка, правильное и неправильное положение рук в позициях. Методика проучивания элементов классического танца в сочетании с головой (Port de bras).

Тема 2. Основные элементы экзерсиса у станка.

Теория. Понятия demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов у станка. Комбинации port de bras в сочетании с plie.

Тема 3. Основные элементы экзерсиса на середине.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 4. Прыжки в классическом танце по 1,2 и 5 позициям.

Теория. Понятия temps leve sauté, changement de pieds.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов temps leve sauté, changement de pieds. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 5. Партерная гимнастика.

Практика. Отработка первой части урока в партере.

Раздел 5. Основы пластической выразительности

Тема 1. Понятие эмоциональности.

Теория: Эмоции человека. Влияние музыки на образ. Понятие эмоциональности в танце.

Понятие сочетаний эмоций "добро и зло", "смелость и страх", "дерзость и спокойствие", "радость и скорбь" и др.

Практика: Постановки этюдов по темам. Ритмические этюды – «Муха», «Комар», «Паук», «Таракан»

Тема 2. Создание сценического образа.

Теория. Понятие «образ», «сценический образ».

Практика. Разборы образов на примерах танцевальных композиций других коллективов.

Тема 3. Постановка этюдов. Работа в паре/по группам.

Практика. Отработка главных принципов работы в паре/по группам. Пластические этюды.

Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений

Практика: Изучение основных движений, рисунков танца, перестроений.

Работа над образами и характерами героев, работа с реквизитом. Репетиционная работа над поставленной танцевальной композицией.

Третий год обучения (10-16 лет)

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям. Организационные вопросы.

Практика. Поклон.

Раздел 2. Основы современного танца

Тема 1. Стили и направления современного танца.

Теория. Стили и направления современной хореографии. Характер и манера исполнения современных танцев. Прослушивание современной музыки. Знание требований, предъявляемых к исполнению современных танцев: грамотность, музыкальность, выразительность. Значение правил исполнения парных и массовых танцев: понятие об интервалах; понятие о движении по линии танца и против линии танца; согласованность движений.

Практика. Изучение параллельных позиций ног, положений рук, основные положения корпуса.

Тема 2. Движения изолированных центров и техника их исполнений.

Теория. Понятия "sundari", "curve", "пелвис", "flat back", "roll down/roll up", "arch", "contraction", "release".

Практика. Разбор упражнений для позвоночника в первой части экзерсиса на середине.

Тема 3. Координация изолированных центров.

Теория. Понятие "уровни".

Практика. Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении. Разучивание упражнений для позвоночника во второй части экзерсиса. Закрепление понятия «уровни» через игру «фотоальбом».

Раздел 3. Партер (техника низкого полета)

Тема 1. Партерные перекаты.

Практика. Разучивание партерных перекатов, прямых поворотов на полу, транзишен на полу.

Тема 2. Элементы гимнастики.

Практика. Разучивание и отработка переворотов вперед и назад, колесо на одной руке, силовые и упражнения стрейч-характера. Разучивание комбинаций в партере.

Раздел 4. Кросс и импровизация.

Тема 1. Шаги и прыжки в модерн-танце.

Практика. Разучивание комбинаций шагов+kick, прыжки, разбор техники вращения.

Тема 2. Импровизация.

Теория. Понятия "импровизация", «вход в импровизацию», «контактная импровизация».

Практика. Изучение алгоритма импровизации – расслабление, дыхание, импровизация с движением/с музыкой/с пространством/смена уровней.

Тема 3. Танцевальные комбинации.

Практика. Составление комбинаций из изученных элементов, в том числе с использованием импровизации.

Раздел 5. Композиционная постановка хореографических произведений

Практика: Изучение основных движений, рисунков танца, перестроений.

Работа над образами и характерами героев, работа с реквизитом. Репетиционная работа над поставленной танцевальной композицией

Четвертый год обучения (11-17 лет)

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям. Организационные вопросы.

Практика. Поклон.

Раздел 2. Основы современного танца

Тема 1. Стили и направления современного танца.

Теория. Стили и направления современной хореографии. Характер и манера исполнения современных танцев. Прослушивание современной музыки. Знание требований, предъявляемых к исполнению современных танцев: грамотность, музыкальность, выразительность. Значение правил исполнения парных и массовых танцев: понятие об интервалах; понятие о движении по линии танца и против линии танца; согласованность движений.

Практика. Изучение параллельных позиций ног, положений рук, основные положения корпуса.

Тема 2. Движения изолированных центров и техника их исполнений.

Теория. Понятия "sundari", "curve", "пелвис", "flat back", "roll down/roll up", "arch", "contraction", "release".

Практика. Разбор упражнений для позвоночника в первой части экзерсиса на середине.

Тема 3. Координация изолированных центров.

Теория. Понятие "уровни".

Практика. Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении. Разучивание упражнений для позвоночника во второй части экзерсиса. Закрепление понятия «уровни» через игру «фотоальбом».

Раздел 3. Партер (техника низкого полета)

Тема 1. Партерные перекаты.

Практика. Разучивание партерных перекатов, прямых поворотов на полу, транзишен на полу.

Тема 2. Элементы гимнастики.

Практика. Разучивание и отработка переворотов вперед и назад, колесо на одной руке, силовые и упражнения стрейч-характера. Разучивание комбинаций в партере.

Раздел 4. Пластическая выразительность и импровизация.

Тема 1. Шаги и прыжки в модерн-танце.

Практика. Разучивание комбинаций шагов+kick, прыжки, разбор техники вращения.

Тема 2. Пластическая выразительность и импровизация.

Теория. Понятия "импровизация", «вход в импровизацию», «контактная импровизация», «ассоциативное движение», «пластичность».

Практика. Изучение алгоритма импровизации – расслабление, дыхание, импровизация с движением/с музыкой/с пространством/смена уровней. Пластические этюды в группе, в паре. Инстинктивное восприятие звука.

Тема 3. Танцевальные комбинации.

Практика. Составление комбинаций из изученных элементов, в том числе с использованием импровизации с акцентом на пластичное движение.

Раздел 5. Композиционная постановка хореографических произведений

Практика: Изучение основных движений, рисунков танца, перестроений.

Работа над образами и характерами героев, работа с реквизитом. Репетиционная работа над поставленной танцевальной композицией

Раздел 3. Учебно-тематический план

Первый год обучения (7-10 лет)

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие					
1.1	Что такое театр танца. Инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения					
2.1	Постановка корпуса, рук, ног, головы	1	0,5	0,5	
2.2	Развитие мышечного чувства	2	0,5	1,5	
2.3	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	1	0,5	0,5	
	Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 3. Ритмические особенности современного танца					
3.1	Характер музыки, темп, динамика	2	1	1	
3.2	Ритмический рисунок	2	-	2	
3.3	Рисунок танца. Понятие «порядок движений»	4	1	3	
3.4	Партерная гимнастика	4	-	4	
3.5	Работа с предметом	2	-	2	
	Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 4. Азбука классического танца					
4.1	Основные позиции ног в классическом танце	1	0,5	0,5	
4.2	Основные позиции рук в классическом танце	1	0,5	0,5	
4.3	Основные элементы экзерсиса у станка	4	0,5	3,5	
4.4	Основные элементы экзерсиса на середине	2	-	2	
4.5	Прыжки в классическом танце	3	0,5	2,5	
4.6	Партерная гимнастика	3	-	3	

	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
Раздел 5. Основы актерского мастерства					
5.1	Понятие эмоциональности	2	1	2	
5.2	Актерское перевоплощение	2	1	2	
5.3	Создание сценического образа	4	1	3	
5.4	Постановка этюдов. Работа в паре	3	-	3	
	Итоговое занятие	1	-	1	
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений					
6.1	Постановочная работа	10	-	10	
6.2	Репетиционная работа	12	-	12	
	Итоговое занятие	3	-	3	открытый урок/концерт
	Итого часов	68	9	59	

Второй год обучения (7-10 лет)

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие					
1.1	Инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения					
2.1	Постановка корпуса, рук, ног, головы	4	0,5	3,5	
2.2	Развитие мышечного чувства	4	0,5	3,5	
2.3	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	5	0,5	4,5	
	Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 3. Основы современного танца					
3.1	Стили и направления современного танца	8	1	7	
3.2	Характерные особенности стилей современного танца	8	-	8	
3.3	Джаз-модерн. История возникновения направления	7	1	7	
	Итоговое занятие	2	-	2	зачет
Раздел 4. Азбука классического танца					

4.1	Основные позиции ног в классическом танце	4	0,5	3,5	
4.2	Основные позиции рук в классическом танце	4	0,5	3,5	
4.3	Основные элементы экзерсиса у станка	6	0,5	5,5	
4.4	Основные элементы экзерсиса на середине	8	-	8	
4.5	Прыжки в классическом танце	6	0,5	5,5	
4.6	Партерная гимнастика	1	-	1	
	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
Раздел 5. Основы актерского мастерства					
5.1	Понятие эмоциональности	3	1	2	
5.2	Актерское перевоплощение	3	1	2	
5.3	Создание сценического образа	3	1	2	
5.4	Постановка этюдов. Работа в паре/по группам	5	-	5	
	Итоговое занятие	1	-	1	
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений					
6.1	Постановочная работа	15	-	15	
6.2	Репетиционная работа	27	-	27	
	Итоговое занятие	6	-	6	открытый урок/концерт
	Итого часов	136	9	127	

Первый год обучения (11-14 лет)

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие					
1.1	Инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения					
2.1	Постановка корпуса, рук, ног, головы	2	0,5	1,5	
2.2	Развитие мышечного чувства	2	0,5	1,5	

2.3	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	5	0,5	4,5	
	Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 3. Современный танец и его особенности					
3.1	Стили и направления современного танца	1	1	-	
3.2	Характерные особенности стилей современного танца	2	-	2	
3.3	Джаз-модерн. История возникновения направления	6	1	5	
3.4	Партерная гимнастика	7	-	7	
3.5	Работа с предметом	2	-	2	
	Итоговое занятие	2	-	2	зачет
Раздел 4. Азбука классического танца					
4.1	Основные позиции ног в классическом танце	1	0,5	0,5	
4.2	Основные позиции рук в классическом танце	1	0,5	0,5	
4.3	Основные элементы экзерсиса у станка	2	0,5	1,5	
4.4	Основные элементы экзерсиса на середине	2	-	2	
4.5	Прыжки в классическом танце	1	0,5	0,5	
4.6	Партерная гимнастика	2	-	2	
	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
Раздел 5. Основы актерского мастерства					
5.1	Понятие эмоциональности	1	0,5	0,5	
5.2	Актерское перевоплощение	1	0,5	0,5	
5.3	Создание сценического образа	4	1	3	
5.4	Постановка этюдов. Работа в паре	1	-	1	
	Итоговое занятие	1	-	1	
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений					
6.1	Постановочная работа	6	-	6	
6.2	Репетиционная работа	10	-	10	

	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок/концерт
	Итого часов	68	8	60	

Второй год обучения (11-14 лет)

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие					
1.1	Инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения					
2.1	Постановка корпуса, рук, ног, головы	3	0,5	25	
2.2	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	5	0,5	4,5	
	Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 3. Модерн и джаз-модерн					
3.1	Основные принципы джаз-модерн танца	1	0,5	0,5	
3.2	Мультипликация	1	-	1	
3.3	Изоляция, уровни и передвижение в пространстве	6	1	5	
3.4	Партерная гимнастика	6	-	6	
3.5	Комбинации и импровизация в джаз-танце	1	-	1	
	Итоговое занятие	2	1	1	зачет
Раздел 4. Азбука классического танца					
4.1	Основные позиции ног и рук в классическом танце	1	0,5	0,5	
4.2	Основные элементы экзерсиса у станка	2	0,5	1,5	
4.3	Основные элементы экзерсиса на середине	2	-	2	
4.4	Прыжки в классическом танце	4	0,5	3,5	
4.5	Партерная гимнастика	2	-	2	
	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
Раздел 5. Основы пластичной выразительности					

5.1	Понятие эмоциональности в пластике	8	1,5	6,5	
5.2	Создание сценического образа	4	1	3	
5.3	Постановка этюдов. Работа в паре/по группам	12	-	12	
	Итоговое занятие	3	1	2	
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений					
6.1	Постановочная работа	16	-	10	
6.2	Репетиционная работа	15	-	15	
	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок/концерт
	Итого часов	102	9	93	

Третий год обучения (10-16 лет)

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие					
1.1	Инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5	опрос
Раздел 2. Основы современного танца					
2.1	Стили и направления современного танца	10	1	9	
2.2	Движения изолированных центров и техника их исполнений	6	1	5	
2.3	Координация изолированных центров	6	1	5	
	Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 3. Партер (техника низкого полета)					
3.1	Партерные перекаты	10	-	10	
3.2	Элементы гимнастики	10	-	10	
	Итоговое занятие	2	-	2	зачет
Раздел 4. Кросс и импровизация					
4.1	Шаги и прыжки в модерн-танце	6	-	6	
4.2	Импровизация	12	1	11	
4.3	Танцевальные комбинации	16	-	16	
	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок

Раздел 5. Композиционная постановка хореографических произведений					
6.1	Постановочная работа	30	-	30	
6.2	Репетиционная работа	56	-	56	
	Итоговое занятие	3	-	3	открытый урок/концерт
	Итого часов	170	4,5	165,5	

Четвертый год обучения (11-17 лет)

	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие					
1.1	Инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5	опрос
Раздел 2. Современный танец XX века					
2.1	Стили и направления современного танца XX века, его основоположники	10	1	9	
2.2	Движения изолированных центров и техника их исполнений	6	1	5	
2.3	Координация изолированных центров	6	1	5	
	Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 3. Партер (техника низкого полета)					
3.1	Партерные перекаты	10	-	10	
3.2	Элементы гимнастики	10	-	10	
	Итоговое занятие	2	-	2	зачет
Раздел 4. Пластическая выразительность и импровизация					
4.1	Шаги и прыжки в модерн-танце	6	-	6	
4.2	Импровизация и пластические этюды	12	1	11	
4.3	Танцевальные комбинации	16	-	16	
	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
Раздел 5. Композиционная постановка хореографических произведений					
6.1	Постановочная работа	30	-	30	
6.2	Репетиционная работа	56	-	56	
	Итоговое занятие	3	-	3	открытый урок/концерт

	Итого часов	170	4,5	165,5	
--	-------------	-----	-----	-------	--

Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год

Этапы образовательного процесса	1 год обучения
Начало учебного года	2 сентября
Продолжительность непосредственно образовательного блока	34 недели
Продолжительность учебной недели	6 дней
Продолжительность 1 учебного часа	40 мин
Окончание учебного года	31 мая 2026 г.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

1. Материально-технические условия: помещение для занятий по программе «Театр танца» должно быть достаточно просторным и хорошо проветриваемым, рекомендуемая площадь – от 60–90 кв.м. Дополнительная мебель для занятий, такая как столы, как правило не используется. Для работы в партере (на полу) требуются гимнастические коврики (коврики для йоги) в количестве 15 шт.; гимнастические резиновые эластичные ленты в количестве 15 шт.; хореографические станки длиной до 10 м. в количестве 2 шт.; роллы для мио-фасциального релиза – в количестве 15 шт. Звуко и видеовоспроизводящая аппаратура – колонки, проигрыватель, проектор, телевизор.

2. Использование дистанционных технологий при реализации программы: использование корпоративной программы ТИМС, команд класса в ТИМС, описание методических материалов, выложенных в ТИМСе.

В программе ТИМС обозначена каждая группа обучающихся курса «Театр танца». В файлах команды происходит обмен видеоматериалами между педагогом и обучающимися, задания для самостоятельного изучения обучающимися.

Оценочные материалы

Организация и содержание методов оценки уровня усвоения программы обучающимися.

Формы промежуточной и итоговой аттестации (по итогам учебного года, по итогам прохождения программы): зачет, отчетные концерты, открытые уроки.

Текущий контроль включает следующие формы: творческие работы, самостоятельные работы, выставки, тестирование, конкурс, защита творческих работ, проектов, конференция, фестиваль, соревнование, турнир, зачетные занятия.

Обязательным элементом является перечень критериев оценивания результатов освоения программы.

Оценивание образовательных результатов освоения программы критериальное, поддерживающее, отметок не предусмотрено (безотметочное). Система оценки достижения планируемых результатов соотносится с системой оценивания, принятой в ОК ТБ. Критериальное оценивание – это процесс, основанный на сравнении учебных достижений учащихся с четко определенными, коллективно выработанными, заранее известными всем участникам образовательного процесса критериями, соответствующими целям и содержанию образования.

Один из принципов критериального оценивания – самооценивание. Основным инструментом, позволяющим оценить развитие навыков обучающегося по курсу «Театр танца» – это отслеживание динамики исполнения танцевальных элементов посредством видеозаписей с

уроков, с репетиций, концертов. Подборка работ за год позволяет оценить прогресс. Основной формой самооценивания являются маршрутные листы. Критерии оценивания по программе «Театр танца» включают основные критерии, характерные для всех видов творческой деятельности: умения, способы, понятия. И также включают специфические критерии, характерные для области хореографического обучения и воспитания. Пример маршрутных листов представлен в Приложении 1.

Методические материалы

Занятие, как правило, должно состоять из подготовительной, основной и заключительной частей и включать соответствующие разделы по мере их освоения (в разделе «азбука классического танца» экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, *allegro*, *adagio*, экзерсис на пальцах).

При проведении урока необходимо руководствоваться следующими принципами:

- постепенно увеличивать нагрузку: от простых упражнений к более сложным;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть сначала медленным с последующим ускорением;
- следить за свободным дыханием и самочувствием учащихся.

Для того, чтобы музыкально-хореографический материал усваивался обучающимися наилучшим образом, прививались танцевальные навыки, формировался и развивался эстетический вкус и хореографические способности, педагогу необходимо прибегать на своих занятиях к использованию следующих основных методов обучения хореографии.

Словесный метод обучения — это объяснение, разъяснение, рассказ, беседа, инструктаж, лекция, дискуссия, диспут. Рассказ – это изложение учебного материала, применяемого для последовательного, доходчивого и эмоционального преподнесения знаний. Ведущая функция данного метода – обучающая.

Практические методы обучения. Их используют с целью формирования практических, трудовых умений и навыков путем систематических осознанных упражнений и действий.

Репродуктивный метод обучения используется для приобретения учащимися умений и навыков пользоваться полученными знаниями. Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию педагога.

Дискуссия как метод обучения основана на обмене взглядами по конкретной программе.

Литература для педагога:

1. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit, 2005.
2. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
3. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
4. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
5. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
6. Крылов, В. Н. Памятка по современному танцу / В.Н. Крылов, Г.И. Беляев. - М.: ГосФилармония на КМВ, 2015.
7. Жаки, Грин Хаас Анатомия танца / Жаки Грин Хаас. - М.: Попурри, 2014.

Литература для обучающихся:

1. Есаулов И. Г. Устойчивость и координация в хореографии / И. Г. Есаулов. – М.: Издательство «Лань», 2016.
2. Гваттерини М. Азбука балета. Перевод с ит. – М.: БММ АО, 2001.- 240 с.: ил. (серия «Учимся танцевать»).

Литература для родителей обучающихся:

1. Бочарникова, Элла Тем, кто любит балет / Элла Бочарникова , Галина Иноземцева. М.: Русский язык, 2017.

МАРШРУТНЫЙ ЛИСТ
(Ф.И. УЧЕНИКА) _____

КУРС ТЕАТР ТАНЦА ПЕДАГОГ:
ТАМБОВЦЕВА КСЕНИЯ МИХАЙЛОВНА

__ МОДУЛЬ

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ КЛАССИЧЕСКОГО
ТАНЦА (ЧАСТЬ 1)

- ***Я ЗНАЮ ПОЗИЦИИ НОГ И РУК В КЛАССИЧЕСКОМ ТАНЦЕ***
- ***Я МОГУ ПОКАЗАТЬ ПОЗИЦИИ НОГ И РУК В КЛАССИЧЕСКОМ ТАНЦЕ***
- ***Я ЗНАЮ, ЧТО ТАКОЕ "PLIE" И ЕГО ВИДЫ***
- ***Я МОГУ ПОКАЗАТЬ "PLIE" ПО РАЗНЫМ ПОЗИЦИЯМ***
- ***Я ЗНАЮ, ЧТО ТАКОЕ "PREPARATION"***
- ***Я МОГУ ПОКАЗАТЬ ПРИМЕР "PREPARATION"***
- ***Я ЗНАЮ, ЧТО ТАКОЕ "BATTEMENT TANDU"***
- ***Я МОГУ ПОКАЗАТЬ ПРИМЕР "BATTEMENT TANDU"***



ВЫБЕРИТЕ И ПОДЧЕРКНИТЕ
УТВЕРЖДЕНИЯ, КОТОРЫЕ ПОДХОДЯТ
ИМЕННО ВАМ.

ЗАЧЕТ*
(ПОДПИСЬ ПЕДАГОГА)

ЗАЧЕТ СТАВИТСЯ ПРИ УСЛОВИИ
ВЫБОРА 60% УТВЕРЖДЕНИЙ