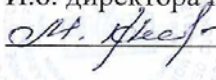


КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА  
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

ПРИНЯТО  
На заседании  
педагогического совета  
МАУДО ДТД и М  
«1» июня 2026 г.  
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ:  
И.о. директора МАУДО ДТД и М  
 М.Н. Жижилева  
«1» июня 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Современная хореография «Форс» Одаренные дети»

Возраст обучающихся: 12-18 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Медетова Р.Б.  
Педагог дополнительного образования

Калининград 2026 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография «Форс» Одаренные дети» имеет художественную направленность.

Данная программа предназначена для индивидуального обучения обучающихся с особыми образовательными потребностями - одаренные дети в области хореографии. Предусматривает включение задач и заданий, трудность которых определяется новизной и необычностью такой ситуации, которая способствует появлению у обучающихся желания отказаться от образца, проявить самостоятельность, а также формированию умений работать в условиях поиска и развитию сообразительности, любознательности.

### **Актуальность программы**

Сегодня для России чрезвычайно актуальна проблема выявления, развития и поддержки одарённых детей. Раскрытие и реализация их способностей и талантов важны не только для одарённого ребёнка как для отдельной личности, но и для общества в целом. Одарённые, талантливые дети и молодёжь – это потенциал любой страны, позволяющий ей эффективно развиваться и конструктивно решать современные экономические и социальные задачи. В этой связи работа с одарёнными и высоко мотивированными детьми является крайне необходимой.

Предложенная программа содержит основные требования ФГОС. Выявление одарённых детей и детей с высокой мотивацией, организация системной работы – одна из главных задач современной школы и образовательной практики в условиях модернизации российской системы образования.

Среди ключевых направлений развития образования особое место занимает развитие системы поддержки одарённых детей, совершенствование развития творческой среды для выявления одарённых детей.

### **Адресат программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 12-18 лет.

### **Объем и срок освоения программы**

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 216 часов.

### **Формы обучения**

Форма обучения – очная.

### **Особенности организации образовательного процесса**

В коллектив принимаются дети, прошедшие предварительный просмотр и не имеющие противопоказаний для занятий. Состав группы до 20 человек.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год – 216 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 6 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю.

**Цель программы:** создание благоприятных условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

### **Задачи.**

*Образовательные:*

- сформировать у обучающихся практические умения и навыки заданным направлениям хореографического искусства, подготовить обучающихся к применению полученных знаний в практической деятельности;

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;

- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;

– сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

*Развивающие:*

- выявить и развить заложенные в воспитаннике способности: музыкальный слух, память, чувство ритма, сформировать умение говорить на языке танца через эмоции, жесты, пластику, мимику, умение двигаться грациозно.

- развить репродуктивное и продуктивное воображение, фантазию, творчество, наглядно-образное, ассоциативное мышление, самостоятельное художественное осмысление хореографического материала;

– раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;

– содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

– развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

*Воспитательные:*

- сформировать и совершенствовать коммуникативное межличностное общение («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник - ансамбль/коллектив»);

– привить интерес к танцевальному творчеству;

– воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;

– воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;

– приобщить к здоровому образу жизни;

– способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

**Типология программы**

**Художественно-эстетическое направление** – по основному содержанию деятельности, постановке целей и задач.

**Модифицированная** – учебная программа по хореографии составлена на основе представленных примерных учебных программ по хореографии.

**Комплексная** – комплексный подход состоит в том, что обучение классическому танцу сочетается с обучением современному, а также с ритмикой, акробатикой, партерной гимнастикой и основами актерского мастерства.

**Общая характеристика программы**

Программа организации индивидуального обучения с одаренными детьми создает условия достижения требований образовательного стандарта обучающимися, находящимися на индивидуальном обучении в области хореографии, условия для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребёнка, её интеграции в системе мировой и отечественной культур. Программа педагогически целесообразна, так как способствует более разностороннему раскрытию индивидуальных способностей ребенка, развитию у детей интереса к различным видам деятельности и желанию активно участвовать в ней, умению самостоятельно организовать своё свободное время.

**Основные принципы реализации:**

**принцип сознательности и активности**, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

**принцип наглядности**, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные);

**принцип систематичности**, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся

**принцип гуманистической направленности обучения**, поддерживающий субъектно-субъектный характер в отношении взаимодействия, устанавливающий равноправное партнерство между всеми участниками образовательной деятельности;

**принцип личностной самоценности и опережающего обучения**, который рассматривает каждого субъекта образовательного процесса как индивидуальность;

**принцип личностно-значимой деятельности**, предполагающий участие обучающихся в различных формах учебной деятельности в соответствии с личностными смыслами и жизненными установками.

**принцип индивидуальности** – учет возрастных особенностей, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.

**принцип постепенного повышения требований** – постепенная постановка и выполнение ребенком более трудных заданий, в постепенном увеличении

объема и интенсивности нагрузки. Последовательность, регулярность, чередование нагрузок с отдыхом.

**принцип креативности** предполагает развитие и активизацию творческих способностей - каждого ребенка;

**принцип вариативности и свободы выбора** необходим для самореализации личности.

**принцип эмоциональной насыщенности.** Занятия искусством дают основу для создания среды, богатой ценностным общением, стимулируют положительные эмоции, благоприятно влияющие на физическое и душевное здоровье обучающихся и побуждающие ребенка к дальнейшему развитию.

**принцип индивидуализации** имеет значение для осуществления личностно-ориентированного подхода в процессе эстетического воспитания и творческого развития личности обучающихся.

**принцип диалогичности** предусматривает овладение детьми языком искусств, не просто усвоение предлагаемого материала, а познание мира через активный диалог с ним.

**Принцип интеграции** основан на взаимопроникновении специфического языка одного искусства в другой.

**Методы обучения, используемые в реализации данной программы:**

Словесный: рассказ, объяснение, пояснение о характере танца и средствах передачи выразительности его образов; объяснение, напоминание – в тренинге; оценка исполнения.

Наглядный: показ, демонстрация видео, фото материалов.

Практический: упражнения воспроизводящие, тренировочные и т.д.

Эвристический: творческие задания импровизационного характера, этюды, самостоятельные постановки.

Метод индивидуальный подход к каждому ребенку, при котором, поощряется самобытность, проявление индивидуальности, свобода самовыражения, приветствуется нестандартные подходы к решению творческих задач.

**Ведущими формами** организации образовательного процесса являются практическое и репетиционное занятие. Используются такие формы как: мастер-класс, беседа, видео-урок, экскурсия, викторина, коллективное посещение концертов, спектаклей, массовых мероприятий. На занятиях наряду с фронтальными методами используются работа в парах, индивидуальная работа, работа в микрогруппах.

Выбор форм, методов и видов деятельности в учебной группе определяется с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

**Психологические особенности возрастной группы 12 -18 лет:**

- Смена ведущего вида деятельности с игровой на учебную.
- Освоение новых видов деятельности при предъявлении ребенку новых социальных требований, возникновении новых ожиданий социума.
- Несформированность эмоционально-волевой сферы. Затруднена произвольная регуляция собственного поведения.
- Незрелость личностных структур (совесть, приличия, эстетические представления).
- Тревожность, страх оценки.
- Ориентация на общение со значимым взрослым (педагогом).
- Формирование навыков учебной рефлексии.
- Развитие когнитивных функций.
- Ориентация в поведении на оправдание ожидания и одобрения значимых взрослым

Выбор методов и форм проведения занятий на данном этапе обусловлен возрастными особенностями воспитанников: это игровые формы, направленные на раскрепощение, снятие страха оценки, формирование доброжелательных отношений внутри учебной группы, на восприятие и осознание искусства, воплощение своих чувств и мыслей в образах; на развитие эмоционально-чувственной сферы, погружение в заданную ситуацию.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**личностные результаты** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.

**предметные результаты** – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

**Ценностными ориентирами содержания программы являются:**

В основу построения занятий заложены следующие принципы хореографии, отражающие творческую направленность:

- Продуктивное развитие способности эстетического постижения искусства, как умение вступать в особую форму духовного общения с эстетически преображенным и этически содержательным миром человеческих чувств и эмоций.

- Направленность на формирование образного мышления как важнейшего фактора художественного освоения. Именно образное мышление оптимизирует у ребенка понимание эстетической многомерности окружающей действительности.

- Развитие навыков художественного общения как основы целостного восприятия искусства.

- Создание нравственно-эстетических ситуаций как важнейшее условие для возникновения эмоционально-творческого переживания.

- Воспитание навыков импровизации как основа для формирования художественно-самобытного отношения к окружающему миру.

### **Технологии, методы и формы организации деятельности**

Для развития творческой одаренности применяются следующие инновационные педагогические технологии:

- диагностические технологии. Технологии позволяющие выявить потенциал творческих способностей участника. Это могут быть: просмотр обучающихся на предмет выявления их двигательной активности, пластической выразительности, музыкального и ритмического слуха, исполнение творческого задания;

-технологии сотворчества. Основным условием выполнения данной технологии является воспитание чувства толерантности;

-технологии формирования психофизического состояния. В данной технологии доминирует мягкий подход, в основном это техники медитации и релаксации;

-технология художественного восприятия и отношения/поэтизации действия. Они включают в себя совокупность приемов, которые через приобщение к формам художественного опыта человеческой культуры, осуществляют поэтапный переход исполнителя от бытового восприятия к художественному осмыслению танцевальных движений;

-технологии раскрепощения и снятия зажимов включают в себя комплексы упражнений и этюдов по преодолению психологических и физических препятствий для свободного осуществления разнообразной сценической деятельности;

-технологии развития психического аппарата. Специфическое направление тренинговых занятий, ставящих целью повышение психической лабильности участников. Это достигается путем психологического настроя, где создается эмоционально насыщенное поле художественных коммуникаций;

-технологии создания художественного образа. Фантазирование виртуальной реальности сценического действия имеет, как правило, не внешние, а внутренние ограничения. Образ - это чувственно воспринимаемая целостность произведения, определяющая пространство, время, структуру, взаимоотношения элементов единого художественного произведения, его атмосферу.

### **Особенности построения хореографического занятия.**

Занятия по программе проводятся в форме коллективных, групповых, индивидуальных занятий или репетиций.

Программа состоит из разделов, соответствующих возрастным особенностям школьников, учитывающих динамику развития ребенка.

Построение хореографического занятия, как и любого учебного занятия, подчиняется таким условиям, как:

- сохранение структуры занятия в целом;
- соотношение соразмерной длительности его отдельных частей;
- правильное составление заданий;
- выдерживание динамичного темпа;
- создание деловой атмосферы;

### **Специфические правила построения хореографического занятия:**

1. Хореографическое занятие начинается с чёткой организации – приветствия педагогу и концертмейстеру в форме поклона. Такое начало занятия не дань традиции, не простая формальность, а ввод в учебное действие, концентрация внимания.

2. Все учебные задания предлагаются обучающимся без повторного объяснения, кроме новых изучаемых движений, что однозначно способствует лучшей работе внимания. Следовательно, надо позаботиться о том, чтобы предлагаемое задание было

составлено грамотно и не перегружало внимание обучающихся с учётом их возраста и подготовленности.

3. Все упражнения начинаются с *préparation*, который вводит в ритм и характер музыки и дает исходное положение для начала упражнения, а также фиксирует окончание каждого упражнения, т.е. ставить исполнительскую точку.

4. Равномерно распределяется физическая нагрузка в течение всего занятия, соотносятся статические и динамические нагрузки.

5. Чередуются работа различных групп мышц и соотносится темп выполнения отдельных заданий.

### **Механизм оценивания образовательных результатов**

#### **Оценка результативности.**

Данная программа подчиняется закономерностям образовательного процесса: имеет цели и задачи, определяемое ими содержание взаимодействия педагога с детьми, результат обучения, воспитания и развития ребенка. Важным элементом в обучении детей является контроль и мониторинг.

Основными видами контроля являются: текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговая аттестация.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность, учет индивидуальных особенностей обучаемого, коллегиальность.

Текущий контроль имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности обучающегося.

Промежуточная аттестация определяет уровень практической подготовки обучающегося и усвоение им образовательной программы объединения на определенном этапе обучения.

#### **Показателями качества обучения образования являются:**

- уровень познавательной мотивации образовательной деятельности обучающихся (измеряется результатами промежуточной и итоговой аттестации);

- активность участия в конкурсах, фестивалях различного уровня;

- активность участия обучающихся в концертах, внешкольных мероприятиях учреждения;

- положительная динамика достижений обучающегося в соответствии с его способностями и познавательными интересами: положительная динамика показателей количества победителей и призёров в различных конкурсах, фестивалях в объединениях.

В качестве мотивации и стимулирования воспитанников, направленной на раскрытие творческих и интеллектуальных возможностей и способностей служат социальные мотивы, (публичные выступления), и духовные мотивы, которые связаны с самосовершенствованием человека (разучивание новых танцев, композиций).

### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Начало учебного года с 1 сентября 2023 г. окончание учебного года – 31 мая 2024 года.

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам", Устав МАУДО ДТД и М, правила внутреннего распорядка обучающихся МАУДО ДТД и М, локальные акты МАУДО ДТД и М. Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению

разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей обучающихся.

**Кадровые.** Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, имеет высшее профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» и высшую квалификационную категорию.

**Методическое обеспечение** реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеобразовательной общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

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

Для организации образовательной деятельности имеется в наличии: танцевальный зал, оборудованный специальным паркетным покрытием, танцевальными станками, зеркалами. Набор аудио аппаратуры, фортепиано, телевизор, DVD и CDдиски, флешки.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН (9 месяцев, 216 часов)

| №<br>п/п      | Тема                            | Часы       |           |            |
|---------------|---------------------------------|------------|-----------|------------|
|               |                                 | Всего      | Теория    | Практика   |
| <b>1.</b>     | <b>Современная хореография</b>  |            |           |            |
| 1.1           | Джаз танец                      | 40         | 10        | 30         |
| 1.2           | Классический танец Экзерсис     | 20         | 4         | 16         |
| 1.3           | Современный танец               | 50         | 10        | 40         |
| 1.4           | Воспитательная работа           | 20         | 6         | 14         |
| <b>2.</b>     | <b>Партерная гимнастика</b>     | 30         | -         | 30         |
| <b>3.</b>     | <b>История хореографии</b>      | 6          | 6         | -          |
| <b>4.</b>     | <b>Постановочная работа</b>     | 38         | 4         | 34         |
| <b>5.</b>     | <b>Концертная деятельность</b>  | 8          | -         | 8          |
| <b>6.</b>     | <b>Промежуточная аттестация</b> | 4          | -         | 4          |
| <b>Итого:</b> |                                 | <b>216</b> | <b>40</b> | <b>176</b> |

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### **Тема 1. Современная хореография**

Теория хореографического искусства «Музыка – основа танца».

1.1 Джаз танец

1.2 Классический танец Экзерсис.

Методика классического танца. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала.

Аллегро (прыжки)

1.3 Современный танец

1.4 Воспитательная работа

**Тема 2. Партерная гимнастика.** Выполнение упражнений для подвижности суставов, гибкости спины, выворотности, растяжки.

**Тема 3. История хореографии.** Теория хореографического искусства. Практика - Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях.

**Тема 4. Постановочная работа.** Этюды на предлагаемую музыку. Разучивание танцевальной композиции.

**Тема 5. Концертная деятельность.** Работа на сцене.

**Тема 6. Промежуточная аттестация, уровень усвоения теоретического и практического материала.**

**Учебно-тематический план и содержание программы**

| №<br>п/п | Содержание                                                                                   | Количество часов |            |          |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------|----------|
|          |                                                                                              | всего            | теори<br>я | практика |
| 1.       | Вводное занятие                                                                              | 2                | 2          |          |
| 2.       | Plie в сочетании с различными движениями                                                     | 2                | -          | 2        |
| 3.       | Battement tandu и Battement tandu iete в сочетании с движениями корпуса                      | 2                | -          | 2        |
| 4.       | Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями                                             | 2                |            | 2        |
| 5.       | Battement fondu в сочетаниях с движениями                                                    | 2                | -          | 2        |
| 6.       | Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями                                               | 2                | -          | 2        |
| 7.       | Адажио                                                                                       | 2                | -          | 2        |
| 8.       | Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала                   | 2                | 1          | 1        |
| 9.       | Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала                   | 2                | 1          | 1        |
| 10.      | Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала                   | 2                | -          | 2        |
| 11.      | Использование падений и подъемов во время комбинаций, с перемещением в пространстве          | 2                | 1          | 1        |
| 12.      | Использование падений и подъемов во время комбинаций, с перемещением в пространстве          | 2                | 1          | 1        |
| 13.      | Использование падений и подъемов во время комбинаций, с перемещением в пространстве          | 2                |            | 2        |
| 14.      | Движения 3-х центров одновременно Движения в различных ритмических рисунках                  | 3                | 1          | 2        |
| 15.      | Виды поворотов на полу Гимнастические элементы Построение и разучивание комбинаций в партере | 3                | 1          | 2        |
| 16.      | Использование всего пространства класса Шаги с координацией 3-4х центров.                    | 4                | 2          | 2        |
|          | Шаги с использованием contraction и release                                                  | 4                | 2          | 2        |
|          | Смена направлений в комбинации шагов Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации | 2                | -          | 2        |

|     |                                                                                                                         |   |   |   |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|
| 17. | Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов<br>«Поток» (связь движений)                      | 4 | 1 | 3 |
| 18. | Контактная импровизация:<br>- Композиция в контакте (взгляд, пауза, звук)                                               | 4 | 1 | 3 |
| 19. | Приёмы поддержки в дуэте:<br>«Перетекание» (разнообразные приемы)                                                       | 4 | 1 | 3 |
| 20. | - Этюд «Сдвиг»<br>- «Не делать старое»<br>«Перфоманс»                                                                   | 4 | 1 | 3 |
| 21. | Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней                             | 4 | 1 | 3 |
| 22. | Танцевальные этюды                                                                                                      | 4 | 2 | 2 |
| 23. | Силовые и упражнения стрейч- характера, гимнастические элементы                                                         | 2 | - | 2 |
| 24. | Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца афро-джаз (плечи, диафрагма, пелвис)                       | 3 | 1 | 2 |
| 25. | Комбинации шагов                                                                                                        | 2 | - | 2 |
| 26. | Танцевальные комбинации                                                                                                 | 4 | - | 4 |
| 27. | Plie в сочетании с различными движениями                                                                                | 2 | - | 2 |
| 28. | Battement tandu и Battement tandu iete в сочетании с движениями корпуса                                                 | 2 | - | 2 |
| 29. | Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями                                                                        | 2 | - | 2 |
| 30. | Battement fondu в сочетаниях с движениями                                                                               | 2 | - | 2 |
| 31. | Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями                                                                          | 2 | - | 2 |
| 32. | Адажио                                                                                                                  | 2 | - | 2 |
| 33. | Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала                                              | 4 | 2 | 2 |
| 34. | Соединение всех возможных движений торса (спирали, твистов, contraction и release, наклоны торса во всех направлениях). | 4 | 2 | 2 |
| 35. | Соединение в развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также поворотами на одной ноге.              | 4 | 1 | 3 |
| 36. | Силовые и упражнения стрейч- характера, гимнастические элементы                                                         | 2 |   | 2 |

|     |                                                                                                              |   |   |   |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|
| 37. | Возможны нетрадиционные способы передвижения: перекаты, кувырки, колеса и т.д.                               | 2 | - | 2 |
| 38. | Движения 3х и более центров одновременно                                                                     | 4 | 1 | 3 |
| 39. | Движения в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении                                        | 2 | - | 2 |
| 40. | Разучивание комбинаций в партере                                                                             | 4 | 1 | 3 |
| 41. | Шаги с координацией 3х центров                                                                               | 4 |   | 4 |
| 42. | Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации                                                      | 4 | - | 4 |
| 43. | Изучение вращений по кругу и со сменой уровней                                                               | 2 |   | 2 |
| 44. | Силовые и упражнения стрейч- характера                                                                       | 4 | 2 | 2 |
| 45. | Продолжение изучения техник импровизации<br>Составление этюдов<br>«Поток» (связь движений)                   | 5 | 1 | 4 |
| 46. | Контактная импровизация Разнообразные приемы поддержки в дуэте                                               | 4 | 1 | 3 |
| 47. | Этюды «5 ритмов (текучесть, стаккатто, хаос, лиричность и неподвижность)                                     | 4 | 1 | 3 |
| 48. | Комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней                       | 4 | 1 | 3 |
| 49. | Комбинации на 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней                       | 4 | 1 | 3 |
| 50. | Силовые и упражнения стрейч- характера                                                                       | 2 | - | 2 |
| 51. | Танцевальные этюды                                                                                           | 4 | - | 4 |
| 52. | Повторение материала, пройденного ранее: Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) | 2 | - | 2 |
| 53. | Flat back вперед, назад, в сторону Наклон торса вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию                       | 2 | - | 2 |
| 54. | Bodi-roll (волны: вперед, назад, боковая)                                                                    | 2 | - | 2 |
| 55. | Arch – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе                                                    | 2 | - | 2 |
| 56. | Партерные перекаты и упражнения                                                                              | 2 | - | 2 |
| 57. | Перекаты через одно плечо                                                                                    | 2 | - | 2 |
| 58. | Транзишен по полу                                                                                            | 2 | - | 2 |

|     |                                                                                                                                       |     |    |     |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|-----|
| 59. | Перевороты вперед, назад                                                                                                              | 3   | 1  | 2   |
| 60. | Roll down, roll up                                                                                                                    | 2   | -  | 2   |
| 61. | Твисты и спирали торса в положении сидя                                                                                               | 2   | -  | 2   |
| 62. | Упражнения на contraction и release в положении сидя                                                                                  | 2   | -  | 2   |
| 63. | Колесо на одной руке                                                                                                                  | 2   | -  | 2   |
| 64. | Кросс: Комбинации шагов + Kick (пинок)                                                                                                | 2   | -  | 2   |
| 65. | Силовые и упражнения стрейч характера                                                                                                 | 2   | -  | 2   |
| 66. | Прыжки Комбинации прыжков                                                                                                             | 2   | -  | 2   |
| 67. | Техника вращения                                                                                                                      | 2   | -  | 2   |
| 68. | Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и release. Спираль                                                            | 2   | -  | 2   |
| 69. | Элементы гимнастики. Силовые и упражнения стрейч - характера                                                                          | 2   | -  | 2   |
| 70. | Перевороты (с одной ногой)                                                                                                            | 2   | -  | 2   |
| 71. | Построение и разучивание комбинаций в партере                                                                                         | 2   | 2  | -   |
| 72. | Комбинации шагов.                                                                                                                     | 2   | -  | 2   |
| 73. | Положение корпуса, пружина, качь                                                                                                      | 2   | -  | 2   |
| 74. | Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис                                        | 2   | -  | 2   |
| 75. | Танцевальные комбинации Хопа                                                                                                          | 2   | -  | 2   |
| 76. | Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...») | 3   | 1  | 2   |
| 77. | Виды поворотов на полу                                                                                                                | 2   | -  | 2   |
| 78. | Упражнения стрейч-характера в различных положениях                                                                                    | 2   | -  | 2   |
| 79. | Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета                                                                      | 2   | 2  |     |
| 80. | Проведение аттестации по итогам года в форме экзаменационного класс-концерта                                                          | 2   | -  | 2   |
|     | Итого                                                                                                                                 | 216 | 40 | 176 |

#### Календарный учебный график

| № | Режим деятельности | Дополнительная общеобразовательная<br>общеразвивающая программа художественной |
|---|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
|---|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|

|    |                                    |                                          |
|----|------------------------------------|------------------------------------------|
|    |                                    | направленности «Форс» Одаренные дети»    |
| 1. | Начало учебного года               | с 1 сентября                             |
| 2. | Продолжительность учебного периода | 36 недель                                |
| 3. | Продолжительность учебной недели   | 5 дней                                   |
| 4. | Период учебных занятий             | 1, 2, 3 года обучения – 6 часов в неделю |
| 5. | количество часов                   | часов                                    |
| 6. | Окончание учебного года            | 31 мая                                   |
| 7. | Период реализации программы        | с 1.09 по 31.05                          |

### **Организационно-педагогические условия реализации программы.**

Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 г.;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3.172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации дополнительного образования детей»;
- Уставом МАУДО ДТД и М;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МАУДОДТД и М.

**Научно-методическое обеспечение** реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

**Социально-психологические условия** реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей;
- формирование коммуникативных навыков в среде сверстников.

### **Материально-технические условия.**

Для организации образовательной деятельности имеется в наличии: 2 танцевальных зала: № 28 - 59 кв.м., № 31 - 92 кв.м., оборудованные специальным паркетным покрытием, танцевальными станками, зеркалами. Музыкальные инструменты: 1 баян, 2 фортепиано. Набор аудио-, видео аппаратуры: 1 видеомэгафитон, 2 телевизора, 2 магнитофона, DVD и CDдиски, флешки. Наличие костюмерной.

### **Кадровые.**

Образовательную деятельность по программе осуществляют педагоги дополнительного образования и концертмейстер, соответствующие требованиям ст. 46 Закона об образовании в Российской Федерации и профессиональному стандарту.

### Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется в соответствии с рабочей программой воспитания МАУДО ДТД и М.

Цель программы:

обеспечить системное педагогическое сопровождение личностного развития учащихся, создающее условия для реализации их субъектной позиции, формирования гражданских, патриотических и нравственных качеств, развития их способностей и одарённости через реализацию **воспитательного** потенциала **дополнительной** общеобразовательной общеразвивающей **программы**.

Задачи:

- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- выявление и развитие творческих способностей, учащихся путем создания творческой атмосферы в коллективе;
- способствовать развитию личности учащегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- формирование у детей гражданско-патриотического сознания;
- формировать и пропагандировать здоровый образ жизни.

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

- овладение учащимися способностью выбора деятельности, которая им поможет достичь наибольшего успеха;
- создание системы гражданско-патриотического и нравственного воспитания учащихся, способствующей воспитанию человека и гражданина, ответственного за свою судьбу и судьбу своего отечества;
- развитие потребности в творческой деятельности, интереса к культурным традициям разных народов, к истории края, государства;
- усиление ориентации учащихся на духовные ценности, воспитание юного гражданина.

### Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Название мероприятия, события                                                                 | Направления воспитательной работы                             | Форма проведения | Сроки проведения |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------|------------------|
| 1.    | Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях                             | Безопасность и здоровый образ жизни                           | В рамках занятий | Сентябрь         |
| 2.    | Игры на знакомство и командообразование                                                       | Нравственное воспитание                                       | В рамках занятий | Сентябрь-май     |
| 3.    | Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию                 | Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание | В рамках занятий | Сентябрь-май     |
| 4.    | Мероприятия с детским коллективом (ярмарки, праздники, фестивали, акции, конкурсы, викторины, | Нравственное воспитание, воспитание; гражданско-              | В рамках занятий | Октябрь-май      |

|    |                                                      |                                                                                                                              |                  |              |
|----|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------|
|    | интеллектуальные игры и экскурсии)                   | патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание интеллектуально-познавательных интересов                      |                  |              |
| 5. | Участие в соревнованиях, конкурсах различного уровня | Воспитание интеллектуально-познавательных интересов                                                                          | В рамках занятий | Октябрь-май  |
| 6. | Беседа о празднике «День защитника Отечества»        | Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей                                 | В рамках занятий | Февраль      |
| 7. | Беседа о празднике «8 марта»                         | Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей                                 | В рамках занятий | Март         |
| 8. | Открытые занятия для родителей                       | Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры | В рамках занятий | Декабрь, май |

### **Литература**

#### **Нормативные правовые акты**

##### **Нормативные документы**

- Федеральный Закон от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, от 31.03. 2022 г. № 678-р (в редакции от 15.05. 2023 г.);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

- СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01. 2021 года.
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МАУДО ДТД и М;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.

### **Основная литература**

1. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность– М.:Академия, 2011г.
2. Прибылое Г.Н. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самодеятельных хореографических коллективов. М. 2014
3. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе 2011г.
4. Пуртурова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. - М.: Владос. - 2013. - 256 с.: ил.
5. Психология детства: Практикум. / Под ред. А.А. Реана – М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2007. – 224с.
6. Развитие творческой активности школьников / Под ред. А.М. Матюшкина. - М.: Педагогика. - 1991. - 160 с.
7. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ. М., 2010.
8. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: Учебное пособие / В.С. Селиванов – М.: Академия, 2014г. – 336с
9. Тарасов Н.И. Классический танец. 3-е изд. - СПб.: Издательство «Лань». - 2005. - 496 с.: ил.
10. Уфимцева Т.И. Воспитание ребенка. – М.: Наука. 2010. – 230 с.
11. Хореографическое искусство. Справочник. – М.: Искусство. – 2005. с ил.
12. Янковская О.Н. Учить ребенка танцам необходимо // Начальная школа. – 2009г.
13. Янаева Н.Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. – М.: Релиз. - 2014. – 340 с.