

Областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Курский монтажный техникум имени Героя России А.В. Лапшина»

Принято на заседании  
педагогического совета  
от «28» августа 2025 г.  
Протокол № 1

Утверждаю  
Директор ОБПОУ «КМТ им. А.В. Лапшина»  
Пархоменко А.В.  
Приказ от «28» августа 2025 г.  
№ 324/1-осн



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Эстрадный танец»  
(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 15-18 лет.  
Срок реализации — 1 год (540 часов)

Составитель:  
Пушная София Вячеславовна,  
педагог дополнительного образования.

г. Курск, 2025

<b>ОГЛАВЛЕНИЕ</b>	2
<b>1. Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1. Пояснительная записка	3
Нормативно-правовая база	3
1.2. Объем Программы	3
1.3. Цель	3
1.4. Задачи	3
1.5. Содержание программы	4
1.6. Планируемые результаты	6
<b>2. Комплекс организационно-педагогических условий</b>	
2.1 Календарный учебный график	6
2.2. Учебный план	7
2.3. Оценочные материалы	7
2.4. Формы аттестации	7
2.5. Методическое обеспечение	9
2.6. Условия реализации	9
<b>3. Рабочая программа воспитания</b>	9
<b>4. Календарный план воспитательной работы</b>	10
<b>5. Список литературы</b>	11
<b>6. Приложения</b>	
Приложение 1. Календарно-тематическое планирование	12
Приложение 2. Материалы для проведения мониторинга	17

## **1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

#### **Нормативно-правовая база:**

Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ред. От 25.12.2023 г.) «Об образовании в Российской Федерации»

Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 г. (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р)

Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.12.2022 г. № 678-р)

Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»

Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

Приказ Минобрнауки России № 882, Минпросвещения России 391 от 05.08.2020 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «Об исполнении протокола» (вместе с Методическими рекомендациями для педагогических работников образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями))

Приказ Министерства образования и науки КО от 22.08.24 №1-1126 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности ДОП»

Направленность программы – художественная.

Актуальность программы обусловлена необходимостью решения важнейшей задачи российского образования по развитию творческого потенциала обучающихся. Данная программа способствует пробуждению скрытых резервов для развития и воспитания обучающихся. Программа «Эстрадный танец» предназначена для движения под музыку, с помощью чего формирует эмоциональную сферу обучающегося, развивает координацию, музыкальность и артистичность, воздействуя на его двигательный аппарат, развивая слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память. Занятия эстрадными танцами воспитывают у обучающегося коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения, развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы

«Эстрадный танец» определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение к танцевальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков данного вида творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата. Используемые формы, методы и средства значительно расширяют кругозор обучающихся.

Движение и музыка, одновременно влияя на обучающегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Обучающийся познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Эстрадный танец воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает студентам понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Отличительные особенности программы в том, что она разработана для обучающихся техникума, которые сами стремятся научиться красиво и двигаться под музыку, имеют разные стартовые способности.

Занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус обучающегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность, развивается творческая фантазия, творческие способности: обучающиеся учатся сами создавать пластический образ.

- уровень программы: базовый; зачисление обучающихся происходит на основе добровольности с учетом возможностей каждого, выявленных на ознакомительном этапе.

- адресат программы: обучающиеся техникума в возрасте от 15 до 18 лет.
- форма обучения – очная.
- язык обучения – русский.
- формы проведения занятий – групповые.
- наполняемость группы – 15– 25 человек.

## **1.2. Объём Программы**

Объём программы составляет 540 часов.

Срок реализации программы: 1 год.

Обучение может проводиться офлайн и онлайн. Продолжительность занятий в день – 4 академических часа три дня в неделю и 1,5 академических часа один раз в неделю по расписанию. Максимальный объём учебно- тренировочной нагрузки 13,5 учебных часов в неделю.

**1.3. Цель** – развитие природных задатков и творческого потенциала студентов в процессе обучения искусству эстрадного танца.

## **1.4. Задачи**

- воспитание чувства доброжелательности, уважения в отношениях с другими людьми, активизация творческих способностей;
- формирование таких нравственных ценностей, как понятие красоты, добра, сочувствия, радости, заботы;
- развитие эмоциональной устойчивости к публичным выступлениям художественного и музыкального вкуса, умения слушать и понимать педагога, работать в коллективе,

доброжелательно относиться друг к другу;

– формирование представления об основных вехах истории эстрадных стилей, овладение основными движениями, осанкой, растяжкой, танцевально-ансамблевыми навыками, пластикой.

### 1.5. Содержание программы

Таблица 1

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	4	2	2	наблюдение
2	Этюды	60	6	54	Наблюдение, контрольные упражнения
3	Музыкально-пластическая импровизация	64	6	58	Наблюдение, контрольные упражнения
4	Сценическое движение	60	6	54	Наблюдение за правильностью выполнений движений, текущий контроль
5	Современный эстрадный танец	350	12	338	Выступления на мероприятиях, наблюдение за правильностью выполнений движений
6	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ работы
	Итого	540	32	508	

#### Содержание учебного плана

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» структурировано по видам танцевальной подготовки: теоретической и практической.

##### 1. Вводное занятие

**Теория.** Цель и задачи на предстоящий учебный год. Правила поведения в хореографическом классе. Инструктаж по технике безопасности. Расписание.

**Практика.** Повторение материала второго года обучения

##### 2. Этюды

**Теория.** Знакомство с книгой «Этика». Повторение и расширение специальной терминологии. Знакомство с отличительными особенностями характеров и стилей этюдов. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика.** Работа над созданием этюда. Работа над фантазией и пластикой в этюде. Обстоятельства времени в этюде. Действие, игра в этюде. Создание этюда на определенный сюжет «В первые в жизни», «Невероятное событие». Воображение, обстоятельства, работа над

эмоциональностью и ее развитием в этюде. Тренинг с обращением к жизненному опыту учащихся, воплощение его в этюд. Выполнение упражнений на развитие пластики. Создание этюдов с воображаемыми предметами.

### **3. Музыкально-пластическая импровизация**

**Теория.** Беседа по основам мизансценирования. Знакомство с техникой сценического падения. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика.** Изучение техники сценического падения. Работа над созданием музыкально-пластической импровизацией. Ходьба по уменьшенной опоре. Выполнение упражнений на развитие координации движений. Выполнение различных шаговых дорожек. Выполнение комплекса упражнений на закрепление. Работа над развитием навыков самостоятельной реакции. Работа над фантазией и воображением. Выполнение танцевальных импровизаций, под музыку, выбранную педагогом. Создание импровизации на тему «Первая потеря», «Подарок», «Утро», «Бабочки», «Осенние листья». Подражательные движения в этюдах. Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах.

### **4. Сценическое движение**

**Теория.** Беседа о знаковой системе тела. Знакомство со стилем контракшен. Знакомство со стилистикой движений, манерами и этикетом французского дворянства XVIII века. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика.** Проведение психологического тренинга (по снятию зажимов). Работа над совершенствованием невербальных средств выразительности. Выполнение дыхательных практик. Знакомство с особенностями движений в стиле контракшен. Выполнение упражнений на управление центром тяжести и смену уровней. Выполнение упражнений «Испуганный кот», «Сытый поросёнок», «Радостный зайчик».

Знакомство с осанкой, походкой, обращением со шляпой и веером, согласно манерам и этикету французского дворянства XVIII века.

Выполнение упражнений на развитие скорости, темпа. Тренинг по сценическому движению на артистизм и раскрепощение. Выполнение упражнений на развитие композиционного мышления.

### **5. Современный эстрадный танец**

**Теория.** Знакомство с историей появления джаз-танца, его особенности. Беседа «Жизнь и творчество Айседоры Дункан», просмотр выступлений. Знакомство с особенностями джаз-модерн танца (энергичного и выразительного, образного танца, который взял все самое лучшее с джазовой хореографии и модерна. Улучшает координацию движений. Техника джаз-модерн танца используется практически во всех современных танцах. Подготовленное техникой джаз-модерн танца тело – сила, гибкость, пластичность, выносливость, отличная форма и прекрасная осанка. Занятия развивают музыкальность, чувство ритма, правильное дыхание, постановку корпуса, координацию движений, умение владеть своим телом). Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика.** Эмоции, как основное средство выразительности. Изучение изолированных движений джаз-модерн танца. Особенности пластики, стиля и манеры танца джаз-модерн. Выполнение упражнений на гибкость, пластичность и выносливость. Выполнение упражнений на улучшение осанки. Выполнение упражнений на выносливость. Работа над созданием музыкально-хореографической миниатюры. Выполнение упражнений руками с шагами через *demi plies* по II позиции. Выполнение упражнений ногами (вперед, по диагонали, в сторону). Пелвис. Выполнение упражнений для позвоночника. Выполнение упражнений на передвижение в пространстве. Выполнений прыжков. Выполнение вращения на двух ногах, на одной. Выполнение различных

упражнений руками (Lokomotor). Выполнение упражнений на создание мышечного корсета позвоночника. Выполнение различных упражнений на релаксацию. Выполнение упражнений на улучшение координации движений. Кросс (шаговые перемещения в пространстве по прямой или диагонали). Передвижение в пространстве. «Бег» - пространственное передвижение по разным направлениям. Пространственное передвижение в среднем темпе. Темпо-ритм в танцевальных композициях. Повторение музыкально-хореографических миниатюр. Разучивание элементов эстрадного, современного, классического и уличного танцев. Разучивание танцевальных композиций для участия во внутренних мероприятиях и городских и областных конкурсах.

## 6. Итоговое занятие

**Практика.** Анализ работы с обучающимися.

### 1.6. Планируемые результаты

Основными показателями выполнения требований программы являются:

- проявление эмоциональной устойчивости к публичным выступлениям, доброжелательности, художественного и музыкального вкуса;
- умение самостоятельно определять цели и задачи в творческой деятельности, слушать друг друга и работать в коллективе;
- владение основными танцевальными движениями, осанкой, растяжкой, пластикой, импровизацией.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

### 2.1. Календарный учебный график

Таблица 2

№ п/п	Год обучения, уровень	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	1год, базовый	03.09.25	29.06.26	40	160	540	1,5 - 4 часа	14	20.06.26-29.06.26

### 2.2. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	4	2	2	наблюдение
2	Этюды	60	6	54	Наблюдение, контрольные упражнения
3	Музыкально-пластическая импровизация	64	6	58	Наблюдение, контрольные упражнения
4	Сценическое движение	60	6	54	Наблюдение за правильностью выполнений

					движений, текущий контроль
5	Современный эстрадный танец	350	12	338	Выступления на мероприятиях, наблюдение за правильностью выполнений движений
6	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ работы
	Итого	540	32	508	

### 2.3. Оценочные материалы

Вводный контроль осуществляется в начале учебного года. Цель вводного контроля: просмотр и определение пластичности движений, оценивание умений, знаний танцевальных направлений и стилей.

Также на первом году обучения проводится тематический контроль, целью которого является проверка полученных на каждом занятии знаний.

Форма подведения итогов реализации программы: отзывы обучающихся, отчетный концерт, выступления и победа на мероприятиях образовательного учреждения и городских, областных конкурсах.

Условия набора в студию:

Важным условием является определение внешних сценических данных, музыкальных, ритмических способностей, физическое здоровье, а также наличие функциональных возможностей тела.

Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся, являются:

- регулярное посещение занятий;
- трудолюбие;
- добросовестность;
- доброжелательное отношение друг к другу.

В течение учебного года проводится поэтапная диагностика успешности усвоения программного материала:

**Тематический контроль** осуществляется на последнем занятии после изучения данной темы. Во время тематического контроля танцоры исполняют пластические движения под музыкальное сопровождение. Результаты (уровень) умений вносятся в специальную ведомость.

**Итоговый контроль** проводится согласно графику проведения отчётного концерта. Основной формой проведения итогового контроля является отчётный концерт.

### 2.4. Формы аттестации

Формы аттестации разрабатываются для отслеживания результативности освоения программы. Это фронтальный и индивидуальный опрос и контрольные упражнения, участие в конкурсах и концертах.

**Высокий уровень** - артистичное и выразительное исполнение всей концертной программы. Высокий технический уровень владения танцевальными навыками, приемами для воссоздания художественного образа и стиля исполнения, знание текущего материала, активное участие в концертах, посещение репетиционных занятий и концертных выступлений.

**Средний уровень** - недостаточно эмоциональное исполнение танцевальных движений, полное знание танцевальных стилей и направлений. Достаточный уровень усвоения программного



материала.

**Низкий уровень** - невнимательное отношение к изученному материалу, недостаточный уровень усвоения программного материала.

### 2.5. Методическое обеспечение

Программа предусматривает различные формы и методы обучения:

- групповые практические занятия;
- индивидуальные занятия;
  - самостоятельная подготовка;
  - теоретические занятия;
  - теоретическое обсуждение вопросов;
  - использование мультимедийных средства обучения;
  - репетиции;
  - участие в концертах и танцевально-творческих мероприятиях;
  - участие в конкурсах;
  - тестирование.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии: фронтальная, в парах, групповая, индивидуально–групповая, ансамблевая. Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные, народно-тематические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Структура занятия состоит из трех частей:

- первая - задания на умеренную, моторную, двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе;
- вторая включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений;
- третья – репетиционная, включает в себя подготовку к какому-либо мероприятию.

Для достижения поставленной цели и реализации задач программы занятия строятся в форме практической деятельности. Во время проведения занятий постоянно поддерживается атмосфера творчества и психологическая безопасность, для создания ситуации успеха, эстетической радости от полученных результатов.

Таблица 3

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактические и методические материалы
1.	Вводное занятие	Инструктажи по ТБ, выявление наиболее подготовленных студентов. Просмотр, тестирование.
2.	Упражнения, направленные на моторную, двигательную активность, пластику.	Музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения

3.	Упражнения, направленные на работу в коллективе	Демонстрационный, наглядный иллюстрированный материал: иллюстрации, репродукции картин, видеоматериалы, клипы, иллюстрированная литература по направлению. Практическая работа по развитию коллективной хореографии.
4.	Выступления, конкурсы	Сценическая работа, владение телом.

## 2.6. Условия реализации

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы.

Для обеспечения образовательного процесса необходимо привлечение педагога-организатора, звукорежиссера. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей обучающихся.

Материально-техническое обеспечение:

- репетиционный (актовый) зал со сценой,
- зеркальный зал,
- компьютер,
- усилитель звука, колонки,
- микшерный пульт,
- аудио и видеоаппаратура с комплектом материалов,
- танцевальные костюмы: платья, рубашки, брюки; танцевальная обувь.

## 3. Рабочая программа воспитания.

### 3.1. Адресат программы

Рабочая программа воспитания предназначена для обучающихся от 15 до 23 лет. Программа воспитания рассчитана на 1 год. Формы работы: индивидуальная и групповая.

### 3.2. Цель, задачи и результат воспитательной работы

**Цель воспитания** – развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

**Задачи воспитания:**

- формирование системы базовых ценностей личности;
- приобщение обучающихся к общечеловеческим нормам морали;
- воспитание в национальных традициях и в традициях образовательного учреждения;
- формирование умения самостоятельно оценивать происходящее и использовать накопленный творческий опыт.

**Результат воспитания:**

- планировать и реализовывать собственное творческое и личностное развитие;

- проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;
- проявлять готовность соблюдать правила индивидуального и коллективного поведения.

### 3.3. Методы и формы воспитательной работы:

- метод убеждения,
- метод требования,
- метод положительного примера,
- метод поощрения,
- метод контроля,
- метод переключения.

**Формы воспитательной работы:** мероприятия, коллективные дела, игры.

### 4. Календарный план воспитательной работы

Таблица 4

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Срок и место проведения	Ответственный
1.	«Певцы Курского края»	Беседа	Сентябрь, Актальный зал	Пушная С.В.
2.	«День учителя»	Концерт	Октябрь, Актальный зал	Пушная С.В.
3	«День СПО»	Концерт	Октябрь, Актальный зал	Пушная С.В.
4.	Фестиваль-конкурс военно-патриотической песни «Мужество. Отвага. Честь – 2025»	Конкурсная программа	Ноябрь, Актальный зал «КЭМТ»	Пушная С.В.
5.	«День матери»	Беседа с концертной программой	Ноябрь, Актальный зал	Пушная С.В.
6.	«День героев Отечества»	Концерт	Декабрь, Актальный зал	Пушная С.В.
7.	Новогодняя шоу-программа	Музыкальный спектакль	Декабрь, Актальный зал	Пушная С.В.
8.	Всероссийский «День студента»	Концерт	Январь, Актальный зал	Пушная С.В.
9.	Городской гражданско-патриотический фестиваль-конкурс «Я люблю тебя, Россия»	Конкурсная программа	Февраль, дистанционно	Пушная С.В.
10.	Областной Фестиваль студенческого творчества «Студенческая весна Соловьиного края – 2026»	Конкурсная программа	Март, зал «Дворца молодежи»	Пушная С.В.
11.	«Здоровье молодежи»	Беседа	Апрель, Актальный зал	Пушная С.В.

12.	Литературно-музыкальная композиция «День Победы»	Музыкальный спектакль	Май, Актальный зал	Пушная С.В.
13.	Отчетный	Концерт	Май, Актальный зал	Пушная С.В.

## 5. Список литературы

1. Базарова Н. Классический танец.- Л.: Искусство 2022г. электр.книга
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. «Респект Люкс» СП.: 2016г
3. Васильева Е. Танец.- М.: Искусство, 2013г.
4. Волконский С.М. Выразительный человек. Сценическое воспитание жеста (по Дельсатру). – 2012г.
5. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2023.
6. Захаров Р. Искусство балетмейстера.- М.: Искусство, 2014г.
7. Захаров Р. Сочинение танца.- М.: Искусство, 2021г.
8. Калинина С.А. Духовная культура России. - М., 2015.
9. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.Л.: Просвещение, 2015 г.
10. Лица М. Вчера и сегодня в балете. – Российская энциклопедия, М.: Молодая гвардия, 2016г.
11. Мессерер А. Танец. Мысль. Время.- М.: Искусство, 2016г.
12. Никитин В.Ю. Модерн-танец: начало обучения / В.Ю. Никитин .- М., 2023г.
13. Петровский Е.Н. Культурное наследие. - М., 2017г.
14. Секрет танца. – СПб: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 2015г.
15. Сломский Ю. Дидло. – Л.-м.: Искусство, 2016г.
16. Танец 20 века: Сборник страстей. – Волгоград, 2015.
19. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, 2013г.
20. Хочу танцевать: Метод. Пособие. – М.: Махаон, 2013г.
21. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 2017г.
22. Эльшин Н. Образы Танца. – М.: Знание, 2017г.

## Календарно-тематическое планирование

Таблица 5

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма/тип занятия	Место проведения
1.	Введение в программу. Входной контроль, инструктаж по ТБ.	4	Лекция	актовый зал
2.	Знакомство с этикой танца. Повторение и расширение терминологии.	4	Практика	актовый зал
3.	Партерная гимнастика, стрейчинг, упражнения на развитие силы мышц.	1,5	Практика	актовый зал
4.	Знакомство с отличительными особенностями характеров и стилей этюдов.	4	Практика	актовый зал
5.	Партерная гимнастика, стрейчинг, упражнения на развитие силы мышц.	4	Практика	актовый зал
6.	Работа над созданием этюда. Работа над фантазией и пластикой этюда.	4	Практика	актовый зал
7.	Обстоятельства времени в этюде. Действие, игра в этюде.	5,5	Практика	актовый зал
8.	Создание этюда на определенный сюжет «В первые в жизни», «Невероятное событие». Воображение, обстоятельства, работа над эмоциональностью и ее развитием в этюде.	4	Практика	актовый зал
9.	Тренинг с обращением к жизненному опыту учащихся, воплощение его в этюд. Выполнение упражнений на развитие пластики. Создание этюдов с воображаемыми предметами.	4	Практика	актовый зал
10.	Беседа по основам мизансценирования. Знакомство с техникой сценического падения. Техника безопасности при выполнении упражнений.	1,5	Беседа	актовый зал
11.	Изучение техники сценического падения. Работа над созданием музыкально-пластической импровизацией.	4	Практика	актовый зал
12.	Ходьба по уменьшенной опоре. Выполнение упражнений на развитие координации движений.	4	Практика	актовый зал
13.	Выполнение различных шаговых дорожек, комплекса упражнений на закрепление.	4	Практика	актовый зал
14.	Работа над развитием навыков самостоятельной реакции. Работа над фантазией и воображением.	1,5	Практика	актовый зал
15.	Выполнение танцевальных импровизаций, под музыку, выбранную педагогом.	4	Практика	актовый зал

16.	Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах.	4	Практика	актовый зал
17.	Создание импровизации на тему «Первая потеря». Подражательные движения в этюдах.	4	Практика	актовый зал
18.	Создание импровизации на тему «Подарок», «Утро Подражательные движения в этюдах.	1,5	Практика	актовый зал
19.	Взаимодействие в паре.	4	Практика	актовый зал
20.	Создание импровизации на тему «Бабочки», «Осенние листья». Подражательные движения в этюдах.	4	Практика	актовый зал
21.	Выполнение упражнений на развитие пластики.	4	Практика	актовый зал
22.	Элементы классического танца.	1,5	Лекция	актовый зал
23.	Элементы русского народного танца: вращения на месте и в продвижении.	4	Практика	актовый зал
24.	Упражнения на п/п и прыжки классического танца.	4	Практика	актовый зал
25.	Презентация танцевальных номеров.	4	Практика	актовый зал
26.	Элементы классического и народного танца.	1,5	Лекция	актовый зал
27.	Презентация танцевальных номеров.	4	Практика	актовый зал
28.	Элементы классического и народного танца. Повторение и отработка пройденного материала	1,5	Практика	актовый зал
29.	Беседа о знаковой системе тела.	4	Беседа	актовый зал
30.	Знакомство со стилем контракшн.	4	Лекция	актовый зал
31.	Стилистика движений, манеры. Психологический тренинг по снятию зажимов	4	Беседа	актовый зал
32.	Работа над репертуаром.	1,5	Практика	актовый зал
33.	Участие в массовых мероприятиях	8	Выступление	актовый зал
34.	Работа над совершенствованием невербальных средств выразительности.	1,5	Практика	актовый зал
35.	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис, flic – flac, областные особенности исполнения русского народного танца, на примере танца «Волжские перескоки»	4	Практика	актовый зал
36.	Выполнение дыхательных практик.	4	Практика	актовый зал
37.	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис, flic – flac, основные шаги и ходы	4	Практика	актовый зал
38.	Выполнение упражнений на управление центром тяжести и смену уровней	1,5	Практика	актовый зал
39.	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис, основные шаги и ходы в танце	4	Практика	актовый зал
40.	Ритмические рисунки. Положение в паре.	4	Практика	актовый зал
41.	Элементы классического и народного танца.	4	Лекция	актовый зал

	Классический экзерсис, основные шаги и ходы в русском танце.			
42.	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	1,5	Практика	актовый зал
43.	Воспитательные мероприятия	4	Беседа	актовый зал
44.	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	4	Практика	актовый зал
45.	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис. 1 мужское и 1 женское соло в танце	4	Практика	актовый зал
46.	Подготовка, разбор материала для новогодней музыкальной постановки.	1,5	Беседа	актовый зал
47.	Презентация танцевальных номеров.	4	Выступление	актовый зал
48.	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	4	Практика	актовый зал
49.	Элементы классического и народного танца. rond de jamb par terre en dehor и en dedans, pas tortje одинарное с поворотом стопы, вращения и прыжки в классическом танце, основные областные особенности исполнения Уральской кадрили.	1,5	Практика	актовый зал
50.	Разучивание хореографии для новогоднего музыкального спектакля.	8	Практика	актовый зал
51.	Репетиция. Сценическая культура, поведение на сцене, сценический костюм.	13,5	Практика	актовый зал
52.	terre en dehor и en dedans, pas tortje одинарное с поворотом стопы, вращения и прыжки в классическом танце, основные положения рук и ног, положение в паре. 2 мужское и 2 женское соло в танце	5,5	Практика	актовый зал
53.	Подготовка к новогоднему мероприятию.	12	Беседа	актовый зал
54.	Презентация танцевальных номеров.	4	Выступление	актовый зал
55.	Выступление. Итоги выступления: анализ ошибок.	4	Выступление	актовый зал
56.	terre en dehor и en dedans, pas tortje одинарное с поворотом стопы, вращения и прыжки в классическом танце, основные положения рук и ног, положение в паре. 2 мужское и 2 женское соло в танце	4	Практика	актовый зал
57.	Выполнение упражнений «Испуганный кот», «Радостный зайчик»	1,5	Практика	актовый зал
58.	Выполнение упражнений на развитие скорости, темпа.	4	Практика	актовый зал
59.	Элементы классического и народного танца. Каблучный battement от щиколотки, от голени,	4	Практика	актовый зал

	приемом battement developpe, вращения и прыжки в классическом танце			
60.	Выполнение упражнений на развитие композиционного мышления	4	Практика	актовый зал
61.	Элементы классического и народного танца. rond de jamb par	4	Практика	актовый зал
62.	Элементы классического и народного танца. Перегибы корпуса, вращения и прыжки в классическом танце, пространственная работа в паре	5,5	Практика	актовый зал
63.	«Ярославская плясовая»	4	Практика	актовый зал
64.	Элементы классического и народного танца. Народный экзерсис, закрепление пройденного материала. Отработка русского этюда.	4	Практика	актовый зал
65.	Участие в массовых мероприятиях	1,5	Выступление	актовый зал
66.	Отработка репертуара.	4	Беседа	актовый зал
67.	Джаз танец. Работа над стопой. Координация. Движение по диагонали.	4	Практика	актовый зал
68.	Актёрское мастерство. Повторение. Закрепление.	4	Практика	актовый зал
69.	Классический танец Выполнение упражнений	1,5	Практика	актовый зал
70.	Контемпорари. Разогрев по кругу.	4	Практика	актовый зал
71.	Классический танец. Усложненные комбинации.	4	Практика	актовый зал
72.	Джаз танец. Разогрев. Упражнения для стоп. Индивидуальные импровизации в общем танце.	4	Практика	актовый зал
73.	Классический танец. Аллегро (прыжки).	1,5	Практика	актовый зал
74.	Актёрское мастерство. «Игра-драматизации».	4	Практика	актовый зал
75.	Классический танец. Адажио маленькое, большое	4	Практика	актовый зал
76.	Техника джаз-модерн танца.	4	Практика	актовый зал
77.	Элементы классического танца. Rond de jambe par terre en dehors.	5,5	Практика	актовый зал
78.	Джаз танец. Flat step в сочетании с «восьмеркой» тазом.	4	Практика	актовый зал
79.	Джаз танец. Работа в парах. Растяжка.	5,5	Практика	актовый зал
80.	Актёрское мастерство. Основы сценического движения Тренинг.	4	Практика	актовый зал
81.	Элементы классического танца. Повторение и закрепление	4	Практика	актовый зал
82.	Подготовка и разучивание репертуара к концерту, посвященному Международному женскому дню.	13,5	Практика	актовый зал
83.	Выступление. Концерт к	1,5	Выступление	актовый зал



	Международному женскому дню.			
84.	Сценические движения.	4	Беседа	актовый зал
85.	Элементы классического танца. Повторение.	4	Практика	актовый зал
86.	Джаз танец. Проучивание комбинации.	1,5	Практика	актовый зал
87.	Элементы классического танца. Прыжки. Повторение.	12	Практика	актовый зал
88.	Джаз танец. Проучивание комбинации.	1,5	Практика	актовый зал
89.	Элементы джазового танца.	4	Практика	актовый зал
90.	Контемпорари. Комбинация на прыжки	4	Практика	актовый зал
91.	Элементы классического танца. Закрепление проученного.	4	Практика	актовый зал
92.	Элементы классического танца. Закрепление проученного.	1,5	Практика	актовый зал
93.	Подготовка к выступлению на конкурсе «Студенческая весна».	13,5	Практика	актовый зал
94.	Подготовка сольных и групповых номеров к фестивалю «Студенческая весна»	4	Практика	актовый зал
95.	Выступление на конкурсе «Студенческая весна». Сценическая культура.	4	Выступление	Дворец молодежи
96.	Итоги выступления на конкурсе «Студенческая весна». Работа над ошибками.	4	Беседа	актовый зал
97.	Элементы классического танца. Повторение Battement fondu	1,5	Практика	актовый зал
98.	Джаз танец. Разогрев. Проучивание комбинации	4	Практика	актовый зал
99.	Элементы классического танца. Закрепление Battement fondu.	4	Практика	актовый зал
100.	Контемпорари.	4	Практика	актовый зал
101.	Элементы классического танца. Проучивание Battement Developpe	1,5	Практика	актовый зал
102.	Постановочная работа.	4	Практика	актовый зал
103.	Контемпорари импровизация	4	Практика	актовый зал
104.	Постановочная работа.	4	Практика	актовый зал
105.	Изучение изолированных движений джаз-модерн танца. Выполнение упражнений на гибкость, пластичность и выносливость	1,5	Практика	актовый зал
106.	Работа над созданием музыкально-хореографической миниатюры.	4	Практика	актовый зал
107.	Подготовка репертуара к праздничному концерту «День Победы».	16	Практика	актовый зал
108.	Участие в концерте ко Дню Победы.	1,5	Выступление	актовый зал
109.	Классический танец Проучивание комбинации Grand Battement	4	Практика	актовый зал
110.	Джаз танец. Партер комбинация (танец)	4	Практика	актовый зал

111.	Выполнение прыжков на двух ногах, на одной, различные упражнения руками	4	Практика	актовый зал
112.	Выполнение упражнений на создание мышечного корсета позвоночника. Упражнения на релаксацию	1,5	Практика	актовый зал
113.	Выполнение упражнений на улучшение координации движений. Кросс.	4	Практика	актовый зал
114.	Классический танец. Проучивание комбинации Grand Battement	4	Практика	актовый зал
115.	Темпо-ритм в танцевальных композициях.	4	Практика	актовый зал
116.	Классический танец. Повторение экзерсиса	4	Практика	актовый зал
117.	Актёрское мастерство. Тренинг.	4	Практика	актовый зал
118.	Элементы классического танца. Закрепление Grand Battement	4	Практика	актовый зал
119.	Элементы классического танца. Проучивание прыжков по всем позициям.	4	Практика	актовый зал
120.	Джаз танец. Повторение.	1,5	Практика	актовый зал
121.	Контемпорари поддержки.	4	Практика	актовый зал
122.	Элементы классического танца. Повторение прыжков allegro	4	Практика	актовый зал
123.	Джаз танец. Повторение вращения.	4	Практика	актовый зал
124.	Элементы классического танца. Повторение прыжков	1,5	Практика	актовый зал
125.	Повторение музыкально-хореографических миниатюр.	4	Практика	актовый зал
126.	Элементы эстрадного танца.	12	Практика	актовый зал
127.	Репетиция церемонии вручения дипломов.	16	Практика	актовый зал
128.	Отчетный концерт танцевального коллектива на Церемонии вручения дипломов.	2	Выступление	актовый зал
129.	Индивидуальные импровизации в общем танце.	6	Беседа	актовый зал
130.	Анализ работы коллектива.	2	Беседа	актовый зал
		540		

## Приложение 2

### Материалы для проведения мониторинга:

#### Танцевальные тесты, игры на выявление уровней артистизма и способности к импровизации.

##### 1. Тест на выявление артистических данных.

Каждому обучающемуся в индивидуальном порядке предлагается под специально подобранный музыкальный материал, применяя в качестве основных выразительных средств только пантомиму и мимику, изобразить любой из заданных персонажей или ситуаций (например, муха на варенье, кошка, охотящаяся на птичку, ловля кузнечика) на выбор. При обработке показателей низкому уровню соответствует формальный подход с использованием общепринятых

шаблонов, без использования мимики. Среднему уровню соответствует почти тот же шаблон, но с попыткой добавить что-то свое и использование мимики. Высокий уровень – изображение образа или ситуации нестандартно с богатой мимикой.

## 2. Тест на импровизационные возможности.

Для проведения теста желательно поделить группу на более мелкие подгруппы по 4-6 человек, и тестировать эти подгруппы отдельно (изолированно) от остальных. Это необходимо для того, чтобы дети не копировали лексику друг друга, что даст более точные показатели в ходе теста. Тем не менее, в ходе испытания нужно как можно больше поддерживать детей, подбадривать, чтобы помочь им преодолеть робость и максимально показать свои возможности.

Детям предлагается музыкальное произведение и для облегчения задачи, которая будет поставлена, коллективно обсуждаются темп, ритм, характер и эмоции, которыми насыщен музыкальный материал. Перед тестируемыми ставится задача – в движении, танцем передать эмоциональную окраску музыки. Предполагается полная импровизация, однако в случае затруднения разрешается пользоваться ранее изученным материалом.

**Для оценки результатов следует использовать следующие показатели:**

- высокий уровень: весь танец построен на собственной импровизации, лишь изредка видны вкрапления изученного материала, импровизация богата лексикой, эмоционально выразительна;
- средний уровень: исполнение построено на ранее изученном материале, лишь изредка встречается собственная лексика, танец маловыразителен;
- низкий уровень: полное отсутствие собственной импровизации, неумелое использование ранее проученного материала, частые остановки, отсутствие выразительности.

3. Для развития артистизма предлагается игра «Угостить соседа». Эта игра, проходящая в легкой и веселой форме, раскрепощает играющих, хорошо и достаточно быстро развиваются жестикация и мимика, выразительность в исполнении хореографических элементов в частности и в работе над образами в целом.

4. Игра в уровни. Для развития импровизационных способностей достаточно хороший эффект может дать на данном этапе применение различных приемов контактной импровизации.

Вся группа произвольно разбивается на пары. В качестве музыкального сопровождения использовать спокойную, ненавязчивую музыку, которая позволяет, не торопясь обдумывать свои действия и не «гнать» темп.

Задание заключается в следующем.

В каждой паре один из участников придумывает высокую позу и застывает в ней, второй участник должен дополнить эту высокую позу своей низкой. После небольшой фиксации композиции из двух поз уже второй участник строит высокую позу, а первый дополняет ее своей низкой. И так далее до конца музыкальной композиции.

Следует пояснить, что не стоит ограничивать участников каким-то одним танцевальным направлением, все движения и позы должны быть абсолютно произвольными и естественными.

Данный прием хорошо раскрепощает детей, снимает психологическую и физическую скованность, появляется начальный опыт взаимодействия партнеров в танце. Этот прием хорошо использовать на уроке на стадии разогрева перед растяжкой.