

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр внешкольной работы «Новая Авеста»  
(МБУ ДО Центр «Новая Авеста»)

Принята на заседании  
Педагогического совета  
МБУ ДО Центр «Новая Авеста»  
Протокол от 29.08.2024 г. №1

Утверждаю  
Директор МБУ ДО Центр «Новая Авеста»  
Г.П. Заева  
Приказ от 30.08.2024 г. № 60-0



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
художественной направленности  
**«Современная хореография»**  
на 2024-2025 учебный год

Возраст обучающихся: 13 - 14 лет  
3 год обучения (152 часа)  
№ групп: 5  
Уровень: базовый

Автор-составитель:  
Попова Полина Евгеньевна  
Педагог дополнительного образования

## Содержание

	Наименование	Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Цель и задачи программы	3
3.	Планируемый результат	4
4.	Содержание программы	4
5.	Календарно-тематический план	6
6.	Условия реализации программы	11
7.	Список литературы	12
	Приложения	13

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная хореография».

**Направленность рабочей программы** - художественная.

**Уровень рабочей программы:** стартовый, базовый

**Адресат программы:** обучающиеся 13-14 лет.

**Количество обучающихся в группе:** 11 человек.

**Объем и срок освоения рабочей программы.** 3 год обучения, 152 часа в год.

**Периодичность и продолжительность занятий:** 2 раза в неделю по 2 часа на группу, 1 час равен 45 минутам.

**Форма обучения:** групповая.

**Виды занятий:** беседа, практическое занятие, тренинг, открытое занятие.

**Форма подведения результатов:** педагогическое наблюдение, упражнения, открытое занятие, отчётный концерт.

**Особенности организации образовательной деятельности:**

группы формируются из обучающихся одного возраста; состав группы постоянный, специального отбора в группы не проводится.

Учебный год начинается с 1 сентября.

Рабочую программу реализует педагог дополнительного образования и концертмейстер.

Рабочая программа «Современная хореография» реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

## 2. Цель и задачи рабочей программы

**Цель:** формирование у подростков вкуса и системы ценностей в восприятии современной культуры, ознакомление воспитанников с различными стилями исполнения современного танца.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- обучить основам стиля «Хаус»;
- обучить основным стилям современного танца, их отличительным особенностям;
- обучить основным движениям народного танца.

**Развивающие:**

- развивать умение оценивать свои действия, находить ошибки в исполнении;
- развивать артистизм и эмоциональные качества;
- развивать интерес к современному танцу и манерам исполнения в различных стилях современного танца.

**Воспитательные:**

- воспитывать уважение к исполнительскому искусству других обучающихся;
- воспитывать музыкальный вкус;
- формировать танцевальный аппарат средствами современного танца.

### 3. Планируемые результаты 3 год обучения

#### Личностные:

- дисциплинированность, трудолюбие, терпение;
- формирование чувства ответственности;
- развитие аккуратности в хореографическом исполнительстве.

#### Метапредметные:

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результатов.

#### Предметные:

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости, выносливости).

### 4. Содержание программы 3 год обучения

#### РАЗДЕЛ 1. СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ.

##### 1.1 Стили современного танца. Их отличительные особенности. Хаус

Теория: Хаус – один из самых динамичных и позитивных танцевальных стилей. Он возник в 1980-х годах в популярном на то время чикагском ночном клубе «The Warehouse».

Отличительные особенности хауса:

Быстрая техника работы ног (напоминает чечётку, степ и шаги латины) в сочетании с плавными, полностью расслабленными движениями головы и корпуса. Корпус всегда отстаёт от ног и в танце словно догоняет их.

Кач, лёгкость и «пружинистость» движений стопами.

Быстрота исполнения, физическая нагрузка на тело танцующего может быть сравнена с аэробной.

##### 1.2 Повторение пройденного материала.

Теория: Восстановить в памяти учащихся важнейшие сведения по пройденному материалу.

Практика: Усложнение движений за счёт увеличения темпа исполнения и соединения работы двух и более центров.

##### 1.3 Изучение новых танцевальных элементов.

Теория: Знакомство с новыми танцевальными элементами и их изучение.

Практика: Слайд из стороны в сторону, слайд вперёд-назад, кик-степ-степ, кик слайд в сторону.

##### 1.4 Изучение танцевальных элементов в стиле «Хаус».

Теория: Знакомство с новыми танцевальными элементами и их изучение.

Практика: основные шаги, прыжки.

#### РАЗДЕЛ 2. ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ.

##### 2.1 Стили джазового танца.

Теория: линди хоп, чарльстон, буги-вуги, джиттербаг (как смесь стилей), шэг, бальбоа, блюз. Также к джазовому танцу часто относят джайв, рок-н-ролл, West Coast Swing, Se rock или Le Rock и другие танцы, которые развились в 1940-х и позднее.

## **2.2 Повторение пройденного материала.**

Теория: Повторение материала предыдущих годов обучения.

Практика: Исполнение движений за счёт увеличения темпа и разных ракурсов.

## **2.3 Изучение новых джазовых элементов.**

Теория: Знакомство с новыми танцевальными элементами и их изучение.

Практика: battement tendu jete, rond de jamb par terre, relevent на 45 градусов.

## **2.4 Вращения.**

Теория: Знакомство с различными вращениями.

Практика: preparation к пируэтам, пируэты.

## **2.5 Шаги.**

Теория: Изучение шагов в быстром темпе.

Практика: pas de burte, sidewalk.

## **2.6 Прыжки.**

Теория: Изучение основных прыжков.

Практика: jump, hop-passe, hop с ногой на 45 градусов.

## **РАЗДЕЛ 3. НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ.**

### **3.1 Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем.**

Теория: Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем заключается в том, что фольклорный танец служит основой для создания народно-сценического.

Образцы народного творчества и быта постепенно приспособлялись к специфическим требованиям сценического искусства. В оперных и балетных спектаклях танцевальный фольклор претерпевал значительные изменения. Этот процесс привёл к созданию характерного танца — сценического варианта фольклорного прототипа, который является синтезом классического и народного танцев.

### **3.2 Русский танец.**

Теория: Закрепление материала, изученного в период 2 года обучения и виды русского народного танца.

Практика: Хоровод, Кадриль, Барыня.

### **3.3 «Припадания», «маятник», «подбивки», «ковырялочки»**

Теория: Знакомство с элементами русского танца. Разбор правильного исполнения.

Практика: «Припадание» по VI позиции, «припадание» по III позиции с продвижением, «припляс», «маятник» на месте, «ковырялочка» без подскока.

### **3.4 Подготовка к «верёвочке».**

Теория: Разбор правильного исполнения подготовки к верёвочке.

Практика: Разучивание лицом к станку, из третьей позиции ног.

### **3.5 Усложнение пройденных элементов.**

Теория/Практика: Повтор исполнения элементов русского танца в быстро темпе.

## **РАЗДЕЛ 4. ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУРА.**

### **4.1 Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.**

Теория: Знакомство с произведением, разговор с детьми и их мнение.

### **4.2 Знакомство с музыкальным материалом постановки.**

Теория: Внимательное слушание и представление (воображение) детей по музыкальному материалу.

#### **4.3 Создание сценического образа.**

Теория: Обсуждение с детьми образ, который им предстоит показывать.

Практика: «Пантомима», «Создание образа», «Составь историю»

#### **4.4 Изучение танцевальных движений.**

Теория/Практика: Разучивание движений для постановки.

#### **4.5 Соединение движений в танцевальные комбинации.**

Теория: Изучение, как из танцевальных движений получаются комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций к постановке.

#### **4.6 Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.**

Теория: Изучение рисунков, переходов и образов.

Практика: Расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке в рисунках, переходах, образах в определенной последовательности.

#### **4.7 Отработка элементов.**

Теория: Беседа о рисунке танца.

Практика: Отработка согласованности, единства и синхронности исполнения танца.

#### **4.8 Работа над музыкальностью.**

Теория: Приобретение знаний и их запоминание и накопление.

Практика: Прохлопать ритмические рисунки, проговаривать их с помощью ритмослогов.

#### **4.9 Развитие пластичности.**

Теория/Практика: «баланс», «мышечная сила», «подвижность суставов».

#### **4.10 Синхронность в исполнении.**

Теория/Практика: Отработка синхронности в комбинациях.

#### **4.11 Работа над техникой танца.**

Теория/Практика: Отработка постановки.

#### **4.12 Отработка чёткости и чистоты рисунков, построений и перестроений.**

Теория/Практика: Отработка чёткости и чистоты рисунков, построений и перестроений методом многократного повторения с использованием специальных тренинговых упражнений на ориентирование в пространстве.

#### **4.13 Выразительность и эмоциональность исполнения.**

Теория/Практика: Создание законченного образа.

### **РАЗДЕЛ 5. ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ.**

Теория и практика:

- изучение основ музыкальной грамоты;
- изучение основ актёрского мастерства;
- изучение основ правильного дыхания;
- ознакомление с анатомическим строением тела.

### **5. Календарно-тематический план 3 год обучения**

Дата	№	Форма занятия	Количество уч. часов		Тема занятия	Форма контроля
			практ	теор		
02.09.24	1	Практическое занятие		2	Инструктаж по ТБ. Стили современного танца. Их	Наблюдение

					отличительные особенности. Хаус.	
04.09.24	2	Практическое занятие	1,5	0,5	Повторение пройденного материала за счёт увеличения темпа исполнения	Наблюдение
09.09.24	3	Практическое занятие	2		Повторение пройденного материала. Соединения работы двух и более центров	Наблюдение
11.09.24	4	Практическое занятие	1	1	Изучение новых танцевальных элементов. Слайд в сторону.	Наблюдение
16.09.24	5	Практическое занятие	2		Изучение новых танцевальных элементов. Слайд вперед.	Наблюдение
18.09.24	6	Практическое занятие	2		Изучение новых танцевальных элементов. Кик степ-степ.	Наблюдение
23.09.24	7	Практическое занятие	2		Изучение новых танцевальных элементов. Кик слайд в сторону.	Наблюдение
25.09.24	8	Практическое занятие	1	1	Изучение танцевальных элементов в стиле «Хаус». Основные шаги.	Наблюдение
30.09.24	9	Практическое занятие	2		Изучение танцевальных элементов в стиле «Хаус». Основные шаги.	Наблюдение
02.10.24	10	Практическое занятие	2		Изучение танцевальных элементов в стиле «Хаус». Прыжки.	Наблюдение
07.10.24	11	Практическое занятие		2	Стили джазового танца.	Наблюдение
09.10.24	12	Практическое занятие	1,5	0,5	Повторение пройденного материала за счёт увеличения темпа исполнения.	Наблюдение
14.10.24	13	Практическое занятие	2		Повторение пройденного материала за счёт разных ракурсов.	Наблюдение
16.10.24	14	Практическое занятие	1	1	Изучение новых джазовых элементов.	Наблюдение

					battement tendu jete	
21.10.24	15	Практическое занятие	2		Изучение новых джазовых элементов battement tendu jete	Наблюдение
23.10.24	16	Практическое занятие	2		Изучение новых джазовых элементов rond de jamb par terre	Наблюдение
28.10.24	17	Практическое занятие	2		Изучение новых джазовых элементов relevelent на 45 градусов	Наблюдение
30.10.24	18	Практическое занятие	1	1	Вращения.	Наблюдение
06.11.24	19	Практическое занятие	2		preparation к пируэтам	Наблюдение
11.11.24	20	Практическое занятие	2		Пируэты	Наблюдение
13.11.24	21	Практическое занятие	1	1	Шаги pas de burre	Наблюдение
18.11.24	22	Практическое занятие	2		Шаги sidewalk	Наблюдение
20.11.24	23	Практическое занятие	2		Шаги sidewalk	Наблюдение
25.11.24	24	Практическое занятие	2		Шаги pas de burre	Наблюдение
27.11.24	25	Практическое занятие	1,5	0,5	Прыжки. jump, hop-passe	Наблюдение
02.12.24	26	Практическое занятие	2		Прыжки. hop с ногой на 45 градусов	Наблюдение
04.12.24	27	Практическое занятие		2	Взаимосвязь народного (фольклорного) танца с профессиональным народно-сценическим танцем	Наблюдение
09.12.24	28	Практическое занятие	1,5	0,5	Русский танец. Хоровод, Кадриль, Барыня	Наблюдение
11.12.24	29	Практическое занятие	1,5	0,5	«Припадание» по VI позиции, «припадание» по III позиции с продвижением	Наблюдение
16.12.24	30	Практическое занятие	2		«припляс», «маятник» на месте, «ковырялочка» без подскока	Наблюдение
18.12.24	31	Практическое занятие	1,5	0,5	Подготовка к «верёвочке»	Наблюдение
23.12.24	32	Практическое занятие	1,5	0,5	Повтор исполнения элементов русского танца в быстро темпе	Наблюдение

25.12.24	33	Практическое занятие		2	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	Наблюдение
30.12.24	34	Практическое занятие		2	Знакомство с музыкальным материалом постановки	Наблюдение
13.01.25	35	Практическое занятие	1	1	Инструктаж по ТБ. Создание сценического образа «Пантомима»	Наблюдение
15.01.25	36	Практическое занятие	2		Создание сценического образа «Создание образа»	Наблюдение
20.01.25	37	Практическое занятие	2		Создание сценического образа «Составь историю»	Наблюдение
22.01.25	38	Практическое занятие	1	1	Изучение танцевальных движений	Наблюдение
27.01.25	39	Практическое занятие	2		Разучивание движений для постановки	Наблюдение
29.01.25	40	Практическое занятие	2		Разучивание движений для постановки	Наблюдение
03.02.25	41	Практическое занятие	1	1	Соединение движений в танцевальные комбинации	Наблюдение
05.02.25	42	Практическое занятие	2		Разучивание танцевальных комбинаций к постановке	Наблюдение
10.02.25	43	Практическое занятие	2		Разучивание танцевальных комбинаций к постановке	Наблюдение
12.02.25	44	Практическое занятие	1	1	Изучение рисунков, переходов и образов	Наблюдение
17.02.25	45	Практическое занятие	2		Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	Наблюдение
19.02.25	46	Практическое занятие	2		Расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке в рисунках, переходах, образах в определенной последовательности	Наблюдение
24.02.25	47	Практическое занятие	1	1	Отработка элементов	Наблюдение

26.02.25	48	Практическое занятие	2		Отработка согласованности, единства и синхронности исполнения танца	Наблюдение
03.03.25	49	Практическое занятие	2		Отработка согласованности, единства и синхронности исполнения танца	Наблюдение
05.03.25	50	Практическое занятие	1	1	Работа над музыкальностью	Наблюдение
10.03.25	51	Практическое занятие	2		Прохлопать ритмические рисунки	Наблюдение
12.03.25	52	Практическое занятие	2		Проговаривать ритмические рисунки с помощью ритмослогов	Наблюдение
17.03.25	53	Практическое занятие	1	1	Развитие пластичности «баланс»	Наблюдение
19.03.25	54	Практическое занятие	2		Развитие пластичности «мышечная сила»	Наблюдение
24.03.25	55	Практическое занятие	2		Развитие пластичности «подвижность суставов»	Наблюдение
26.03.25	56	Практическое занятие	1	1	Синхронность в исполнении	Наблюдение
31.03.25	57	Практическое занятие	2		Отработка синхронности в комбинациях	Наблюдение
02.04.25	58	Практическое занятие	2		Отработка синхронности в комбинациях	Наблюдение
07.04.25	59	Практическое занятие	1,5	0,5	Работа над техникой танца	Наблюдение
09.04.25	60	Практическое занятие	2		Работа над техникой танца	Наблюдение
14.04.25	61	Практическое занятие	2		Отработка постановки	Наблюдение
16.04.25	62	Практическое занятие	2		Отработка постановки	Наблюдение
21.04.25	63	Практическое занятие	1,5	0,5	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	Наблюдение
23.04.25	64	Практическое занятие	2		Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	Наблюдение
28.04.25	65	Практическое занятие	2		Отработка чёткости и чистоты рисунков, построений и	Наблюдение

					перестроений методом многократного повторения	
30.04.25	66	Практическое занятие	1,5	0,5	Выразительность и эмоциональность исполнения	Наблюдение
05.05.25	67	Практическое занятие	2		Создание законченного образа	Наблюдение
07.05.25	68	Практическое занятие	2		Создание законченного образа	Наблюдение
12.05.25	69	Практическое занятие		2	Изучение основ музыкальной грамоты	Наблюдение
14.05.25	70	Практическое занятие	2		Изучение основ музыкальной грамоты	Наблюдение
19.05.25	71	Практическое занятие		2	Изучение основ актерского мастерства	Наблюдение
21.05.25	72	Практическое занятие	2		Изучение основ актерского мастерства	Наблюдение
26.05.25	73	Практическое занятие		2	Изучение основ правильного дыхания	Наблюдение
26.05.25	74	Практическое занятие	2		Изучение основ правильного дыхания	Наблюдение
28.05.25	75	Практическое занятие		2	Ознакомление с анатомическим строением тела	Открытое занятие
28.05.25	76	Практическое занятие	2		Ознакомление с анатомическим строением тела	
		Всего	116	36		
			152			

## 6. Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение:

- хореографический станок;
- гимнастические коврики (20 штук);
- музыкальный инструмент (фортепиано);
- колонка;
- музыкальный центр.

### Кадровое обеспечение:

В реализации общеразвивающей программы участвует 2 специалиста:

Попова Полина Евгеньевна, педагог дополнительного образования.

Квалификационная категория:

Образование: средне-специальное. ГАПОУ СО Свердловский областной педагогический колледж, специальность «Педагог дополнительного образования в области хореографии»,

Педагогический стаж работы – 2 года, по специальности – 2 года, в данном учреждении – 2 года.

Гилева Светлана Михайловна, концертмейстер.

Квалификационная категория: первая.

Образование: высшее. ОГОУ СПО «Свердловское областное училище им. П.И.Чайковского», специальность «Руководитель хора и творческого коллектива, учитель музыки», 2005 г.

Педагогический стаж работы – 12 лет, по специальности – 9 лет, в данном учреждении – 4 года.

Методическое обеспечение:

- нотный материал.

## **7. Список литературы**

### **Список литературы для педагога**

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: АйрисПресс Рольф, 1999. – 262с.
2. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007. - 511, с.
3. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп.образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М. Владос, 2002.
4. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003. - 223 с.
5. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика/В.Ю.Никитин. - М.: ГИТИС, 2000. - 438с.
6. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. -158 с.
7. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей: Сб. нормат. И метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К.Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 1999. - 541.
8. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.]; Под ред. А. В. Мудрика. - М: Academia, 2004. - 240 с.
9. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов вузов / [Лебедев О.Е. и др.]; Под ред. О. Е. Лебедева. - М.Владос, 2003 (Петрозаводск: ГП Тип.им. П.Ф.Анохина). - 254 с.

### **Список литературы для обучающихся:**

1. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – Москва. Просвещение, 1985.
2. Балет. Энциклопедия. Москва. Современная энциклопедия. 1986.
3. Энциклопедия обрядов и праздников. СПб, «Респек», 1996.
4. Дашкова И. Загадки Терпсихоры. Москва. Детская литература, 1989.
5. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. Искусство, 1987.
6. Погодина Е.В. 16 уроков для будущих джентльменов и принцесс. Харьков, «Фимео», 1997.

Оценочные материалы 2 года обучения

№	Имя	Начало года			Конец года		
		Шпагат	«Припадания»	Знание основных терминов классического танца	Шпагат	«Припадания»	Знание основных терминов классического танца

в-высокий уровень

д-достаточный уровень

н-низкий уровень

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097556

Владелец Заева Галина Петровна

Действителен с 09.04.2025 по 09.04.2026