

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 18»
(МАОУ СОШ №18)**


9 микрорайон, строение 12, г. Тобольск, Тюменская обл., 626158 Тел./факс (3456) 25-46-16 e-mail: tobsh18@obl72.ru

РАССМОТРЕНО

На заседании школьного
методического объединения
классных руководителей
Протокол № 1 от 28.08.2025г.

СОГЛАСОВАНО

Заместителем директора
МАОУ СОШ №18

 С.Э. Павлова
«28» августа 2025 г.

Приложение № 46 к
основной образовательной
программе среднего
общего образования
Приказ № 114-О
от 01.09.2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Танцевальной студии «Фантазия»

Для обучающихся 10 – 11-х классов

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Фантазия» (далее – Программа) разработана с учетом действующих федеральных, региональных нормативно-правовых документов и рассчитана на базовый уровень освоения, имеет художественную направленность.

Программа направлена на получение базового объема знаний, умений и навыков в области современной хореографии, развитие творческих способностей обучающихся, расширение кругозора в области современного хореографического искусства.

Хореография - один из древнейших видов искусства, обладает огромными возможностями для полноценного развития ребенка, становления его как личности, развитой духовно и физически. Искусство танца является одним из ранних проявлений творчества человека.

Современный танец воплощает в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, создает новую пластику, поэтому он интересен и близок современному поколению. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье, помогает раскрыть внутренний мир, сформировать в детях уверенность в себе, упорство, трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения.

Танец является неотъемлемой частью пластической культуры человека. Через изучение основ хореографии обучающиеся приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, у них формируется художественно-эстетический вкус.

Актуальность, педагогическая целесообразность

В настоящее время происходит подъем интереса подростков к современному танцу. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Занятия современным танцем воспитывают детей, закладывают основы нравственности, красоты, расширяют культурный кругозор. Способствуют гармоничному развитию детей, учат их выразительности движений, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе.

Современная хореография является действенным методом эстетического и физического воспитания. В процессе обучения дети приобретают навыки музыкальности, пластичности, координации, актерского мастерства, у них формируется красивая осанка, развивается художественный вкус.

Занятия в коллективе воспитывают чувство товарищества, взаимовыручки, умения чувствовать ответственность. Групповые занятия способствуют социализации и адаптации подростков в обществе.

Программа «Фантазия» направлена не на подготовку профессионального танцора, а на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Занятия современным танцем позволяют обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных направлений, формируя особые исполнительские качества и навыки. Так же занятия современным танцем закладывают основы нравственности, красоты, расширяют культурный кругозор. Способствуют гармоничному развитию подростков, развивают физическую силу, выносливость, помогают подросткам снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма и уверенность в себе.

Занятия в коллективе воспитывают чувство товарищества, взаимовыручки, умение чувствовать ответственность. Групповые занятия способствуют социализации и адаптации подростков в обществе.

Отличительные особенности (новизна) Программы

Программа «Современный танец» разработана с использованием дополнительных общеобразовательных программ

«Хореография» Заболотской М.А. (Программно-методическое обеспечение образовательного процесса детского объединения дополнительного образования. Сборник образовательных программ. Серия «Дополнительное образование детей: мастерство и

творчество». Сборник №9. / под ред. З.А. Каргиной, к.п.н., доц. - Издательство «ИСК» 2006) и «Основы обучения современным направлениям танца в системе дополнительного образования» Никитина В.Ю.

Отличительной особенностью программы «Современный танец» является синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: джазовый танец, танец модерн, классический танец, эстрадный танец, народно-стилизованый танец, современный балетный танец, ритмика, стретчинг. Акцент ставится на изучение современной хореографии.

Практическая деятельность неразрывно связана с изучением истории современного хореографического искусства, знакомством с постановками современных балетмейстеров и мировой музыкальной культурой. Средствами занятий у детей формируются творческие способности, эстетические эмоции, чувства, представления о красоте движений и звука, формы и цвета.

Данная программа отличается изучением одних и тех же тем и особенностей современных танцевальных стилей, начиная с первого года обучения и постепенно совершенствуя танцевальное мастерство, опираясь на более высокий уровень развития художественно-эстетических и физических качеств детей на последующих годах обучения. Это придает программе в целом возвратно-поступательный характер занятий с детьми разного возраста, обучение происходит «по спирали».

Реализация программы позволяет решать многие проблемы воспитания подрастающего поколения: социального, нравственного, художественно-эстетического и гражданского характера.

Цель и задачи программы

Цель программы: развитие творческих способностей обучающихся, формирование эстетических, культурных и нравственных ценностей посредством обучения современному танцу.

Задачи программы:

Обучающие:

Обучение основам различных техник современного танца (джаз танец, танец модерн, hip-hop) и основным движениям классического танца, основам современного балетного танца, народно-стилизованного и эстрадного танцев.

Обучение точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств.

Расширение кругозора в области современной хореографии, истории музыки, сценического костюма.

Освоение французской терминологии, используемой в классическом танце и английской терминологии, используемой в джазовом танце и танце модерн. Развивающие:

Физическое развитие через систему специальных упражнений.

Развитие специальных способностей: выворотности, гибкости, пластичности, апломба, музыкального слуха.

Развитие музыкально-исполнительских способностей.

Развитие чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности, координации движений, умения ориентироваться в пространстве, концентрации внимания, выносливости, способности самостоятельно действовать, выбирать способ решения задач.

Развитие устойчивой мотивации к занятиям современной хореографией. Воспитательные:

Развитие познавательной и жизненной активности, самостоятельности, коммуникабельности.

Воспитание чувства коллективизма и взаимопомощи, ответственности за свою деятельность.

Воспитание трудолюбия и стремления к достижению намеченной цели.

Воспитание художественного вкуса, художественно-творческого мышления и интереса к искусству.

Категория обучающихся

Возраст обучающихся. Программа рассчитана на детей в возрасте от 15 до 17 лет. Количество обучающихся в группе: до 10 человек.

Зачисление на обучение по Программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей).

Принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Обучающиеся предоставляют заключение от врача (справка) об отсутствии противопоказаний к занятиям по хореографии (на основании Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14, пункт 8.10.).

В группы зачисляются дети, успешно прошедшие обучение по программе ознакомительного уровня «Ритмика и танец» или имеющие предварительную подготовку. Во время приема и формирования групп происходит первичная диагностика творческих способностей ребенка, его знаний, умений, навыков и хореографических данных. По итогам первичной диагностики дети могут быть приняты в группы второго и следующих годов обучения. А также возможен досрочный перевод обучающихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации.

После освоения базовой программы дети могут продолжить обучение в объединении по программе углублённого уровня для дальнейшего совершенствования своих знаний, умений и навыков.

Срок реализации Программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Фантазия» рассчитана на четыре года. Общая продолжительность процесса 144 часа.

1 год обучения - 72 часа;

2 год обучения – 72 часа;

Форма организация образовательной деятельности и режим занятий

Форма проведения учебных занятий – групповая.

Режим занятий: занятия проводятся 2-3 раза в неделю: 2 занятия в четную неделю/ 3 занятия в нечетную неделю по 2 часа (по 45 минут с перерывом 10 минут).

Занятия предполагают наличие здоровьесберегающих технологий: организационных моментов, динамических пауз, коротких перерывов, проветривание помещения, физкультминутки.

Форма обучения занятий – групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом.

Содержание курса

1 год обучения

Вводное занятие

Теория. Введение в образовательную программу. Знакомство с целями и задачами первого года обучения. Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях.

Практика. Первичная диагностика.

Разминка (разогрев)

Теория. Назначение разминки, последовательность выполнения. Понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа».

Практика. Упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания. Упражнения на устойчивость, развитие координации (упражнение "Цапля"). Упражнения - наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног. Усложнение упражнений, соединение в связки, введение новых упражнений: шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами. Изучение и исполнение движений с педагогом и самостоятельно.

Ритмика

Теория. Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика. Исполнение комплекса упражнений. Хлопковые упражнения на ритмический рисунок. Усложнение упражнений, соединение в связки, добавляя шаги, притопы.

Партерная гимнастика

Теория. Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают

гибкость, выворотность, растяжку.

Практика. Исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе.

Танцевальные движения по диагонали

Теория. Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика. Шаги с носочка, на пятках, бег на полупальцах и другие. Затем добавляются новые (подскоки, галоп, прыжки). Индивидуальное исполнение.

Основы классического танца

Теория. Постановка корпуса, позиции ног и рук классического танца.

Основные элементы, терминология: *demi plie*, *battemeht tendus*, *passé*, *releve*.

Практика. Исполнение лицом к станку, держась двумя руками. Середина: упражнения на постановку корпуса, головы. Постановка рук, подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции. Сценическое положение *allonge* у юбочки. Позиции ног 1, 2, 3 (полувыворотню).

Современная хореография

Теория. Основные позиции рук (*press-роз*, джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, позиция V, позиция L). Основные позиции ног джаз танца (2 параллель, 4 параллель, 6, перпендикуляр). Положения ног (*Point* и *Flex*), положения корпуса (*Contractjon*, *Release*).

Практика. Позиции рук и ног джаз танца. Исполнение простых комбинаций с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса танца джаз-модерн (*Contractjon*, *Release*) на середине зала.

Танцевальная хореография: Теория. Понятие «Танцевальный образ», зависимость его от музыки.

Практика. Упражнения на раскрепощение. Исполнение упражнений по группам и самостоятельно.

Импровизация. Постановка танцевальных номеров.

Теория. Понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг». Правила исполнения синхронных, переходов и рисунков.

Практика. Закрепление и отработка изученных синхронных. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера.

Концертная деятельность

Теория. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Практика. Участие в концертах различного уровня.

Итоговое занятие

Практика. Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

Открытое занятие для родителей. Выступления обучающихся с лучшими номерами.

2-ой год обучения

Вводное занятие

Теория. Введение в образовательную программу. Знакомство с целями и задачами второго года обучения. Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях.

Практика. Первичная диагностика.

Разминка (разогрев)

Теория Назначение разминки, последовательность выполнения. Техника исполнения.

Практика. Движения для разогрева позвоночника и суставов. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

Ритмика

Теория. Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика. Исполнение комплекса упражнений. Хлопковые упражнения на ритмический рисунок. Усложнение упражнений, соединение в связки, добавляя шаги, притопы.

Партерная гимнастика

Теория. Правила выполнения. Последовательность построения.

Движения которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Практика. Исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе.

Комбинации усложняются.

Танцевальные движения по диагонали (кроссы)

Теория. Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика. Шаги с носочка, на пятках, бег на полупальцах и другие. Шаги и рабочие комбинации. Прыжки маленькие и большие. Вращения. Акробатические элементы. Затем добавляются новые (подскоки, галоп, прыжки). Индивидуальное исполнение. Ориентировка в хореографическом зале, различные перестроения.

Основы классического танца

Теория. Постановка корпуса, позиции ног и рук классического танца.

Основные элементы, терминология: *vattements tendu jete, rond de jambe par terre*, прыжки *Saute*

Практика. Исполнение лицом к станку, держась двумя руками. Середина: упражнения на постановку корпуса, головы. Основные элементы классического танца. Основные упражнения классического танца (*vattements tendu jete, rond de jambe par terre*, прыжки *Saute* по I, II, V позициям); Постановка рук, подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции. Сценическое положение *allonge* у юбочки. Позиции ног 1, 2, 3 (полувыворотню). Комбинации усложняются.

Современная хореография

Теория. Комплекс упражнения базового джазового экзерсиса. Приемы стретчинга, его назначение. понятие синкопа и ритмический рисунок

музыки; основные термины танца джаз-модерн (*isolation, contraction, opposition* и *parallelism* и т. д.);

Практика. Основные элементы танца джаз-модерн.

Основные позиции рук (*press-роз, джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, позиция V, позиция L*). Основные позиции ног джаз танца (2 параллель, 4 параллель, 6, перпендикуляр). Положения ног (*Point* и *Flex*), положения корпуса (*Contraction, Release*). Позиции рук и ног джаз танца. Исполнение простых комбинаций с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса танца джаз-модерн (*Contraction, Release*) на середине зала. Совершенствование данных стилей.

Танцевальная хореография.

Теория. Понятие «образ» танца, «сюжет» танца, «внутренний монолог». Современный бальный танец. Уличный танец. Эстрадный танец.

Практика. Танцевальные комбинации на середине. Музыкальные размеры медленного вальса, ритмическая основа «Ча-ча-ча». Особенности развития стиля по 3й позиции, вальсовая дорожка. Основные элементы эстрадного и народно-стилизованного танцев, основные элементы в паре.

Импровизация. Постановка танцевальных номеров

Теория. Композиция и постановка танца. Творческие задания на создание индивидуальных композиций.

Практика. Закрепление и отработка изученных синхронных. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения номеров.

Концертная деятельность

Теория. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Практика. Участие в концертах различного уровня.

Итоговое занятие

Практика. Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

Открытое занятие для родителей. Выступления обучающихся с лучшими номерами

Планируемые результаты освоения программы:

Предметные результаты.

К концу первого года обучения обучающиеся будут знать:
назначение хореографического зала, правила поведения в нем;
основные танцевальные позиции ног и рук классического танца;
понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг»;
понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа»;
комплекс упражнений стретчинга;
назначение разогрева, его последовательность;
понятие «Музыкальное вступление»;
понятие «Танцевальный образ».

К концу первого года обучения обучающиеся будут уметь:
Ориентироваться в хореографическом зале, делать простые перестроения;
ритмично двигаться, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок;
исполнять небольшие танцевальные комбинации под руководством педагога;
исполнять комплекс растяжки 1-го года обучения под руководством педагога;
исполнять разогрев самостоятельно;
исполнять простые танцевальные комбинации современного танца;
представлять себе заданный образ под заданную музыку;
освоить постановку корпуса, позиции ног, рук классического танца;
освоить позиции рук, ног, джаз танца.

К концу первого года обучения у обучающихся будет развито:
чувство ритма;
координация;
гибкость; пластичность;
воображение.

К концу первого года обучения у обучающихся будет воспитано:
дисциплина; навыки поведения на сцене;
уважение к педагогу;
внимание к другим обучающимся.

К концу второго года обучения обучающиеся будут знать:
основные упражнения классического танца (*battements tendu jete, rond de jambe par terre*, прыжки *Saute* по I, II, V позициям);
приемы стретчинга, его назначение;
понятие синкопа и ритмический рисунок музыки;
основные термины танца джаз-модерн (*isolation, contraction, opposition и parallelism* и т. д.);

понятие «образ» танца, «сюжет» танца, «внутренний монолог»;
дети должны понимать и правильно оценивать произведения современного танца.

К концу второго года обучения обучающиеся будут уметь:
быстро ориентироваться в хореографическом зале, делать различные перестроения;
самостоятельно выполнять выученные танцевальные комбинации на середине;
исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы;
выполнять комплекс упражнений стретчинга 2-го года обучения (под контролем педагога);

выделять синкопу, передавать хлопками ритмический рисунок;
исполнять основные элементы классического танца;
исполнять основные элементы танца джаз-модерн.

К концу третьего года обучения обучающиеся будут знать:
Основные упражнения классического танца – названия движений, правила исполнения;
основные упражнения модерн-джаз танца;
понятие «стиль музыки», «образность»;
понятия об основных законах танцевальной драматургии;
основные термины танца hip-hop (*кач, slides, impulse* и т.д.).

1. УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН 1-ый год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие	2	—	2	Первичная диагностика – собеседование
2.	Разминка. Ритмика	-	6	6	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика	-	6	6	Педагогическое наблюдение
4.	Танцевальные движения по диагонали	-	10	10	Педагогическое наблюдение
5.	Движения классического, современного танца	2	8	10	Педагогическое наблюдение
6.	Современная хореография	2	8	10	Педагогическое наблюдение
7.	Танцевальная хореография: эстрадный и современный бальный танец.	2	8	10	Педагогическое наблюдение
8.	Импровизация. Постановка танцевальных номеров.	-	10	10	Педагогическое наблюдение
9.	Концертная деятельность	-	6	6	Педагогическое наблюдение
10.	Итоговое занятие	-	2	2	Итоговая аттестация
	Итого:	8	64	72	

Примечание. Расчёт часов учебно-тематического плана представлен на: 36 учебных недель, на 1 учебную группу.

2-й год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие	2	—	2	Первичная диагностика – собеседование
2.	Разминка. Ритмика	-	6	6	Педагогическое наблюдение
3.	Партерная гимнастика	-	6	6	Педагогическое наблюдение
4.	Танцевальные движения по диагонали	-	10	10	Педагогическое наблюдение

5.	Движения классического, современного танца	2	8	10	Педагогическое наблюдение
6.	Современная хореография	2	8	10	Педагогическое наблюдение
7.	Танцевальная хореография: эстрадный и современный бальный танец.	2	8	10	Педагогическое наблюдение
8.	Импровизация. Постановка танцевальных номеров.	-	10	10	Педагогическое наблюдение
9.	Концертная деятельность	-	6	6	Педагогическое наблюдение
10.	Итоговое занятие	-	2	2	Итоговая аттестация
	Итого:	8	64	72	

Примечание. Расчёт часов учебно-тематического плана представлен на: 36 учебных недель, на 1 учебную группу.

