



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

**ПРИНЯТА**  
педагогическим советом  
решение от 31.08.2020  
протокол № 1

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом от 31.08.2020 № 47-од  
Директор ГБУ ДО ДДТ

\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ХОРЕОГРАФИЯ  
ДЛЯ ЦИРКОВОГО КОЛЛЕКТИВА»**

Возраст учащихся: 7 -11 лет

Срок реализации: 3 года

Разработчики программы:

педагог дополнительного образования  
**Новицкая Ольга Анатольевна**  
**Цветкова Ольга Александровна**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танцевальное искусство и искусство цирка - одни из самых древних. Артист цирка – это человек в совершенстве владеющий своим телом, обладающий безупречным чувством ритма и координацией. Все эти качества помогают приобрести артисту занятия хореографией, формирующие правильную и красивую осанку, развивающие координацию движений и всю мышечную систему тела в гармонии. Обучение хореографическому искусству подразумевает развитие в детях чувства красоты и выразительности движений, способствуют общей и эстетической культуре учащихся, развитию танцевальных, музыкальных и творческих способностей. Занятия хореографией дают организму ребенка физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Это очень важно для цирковых жанров, которые основаны на хорошей спортивной подготовке. Танцевальное искусство предполагает развитие мышечной силы корпуса и ног, пластики рук. Помимо физического развития у ребенка вырабатывается чувство ритма, музыкальный слух, что также необходимо при исполнении циркового номера, сопровождаемого определенным музыкальным фрагментом.

Знания, умения и навыки, приобретенные учащимися на занятиях хореографией в комплексе с занятиями в цирковом коллективе, способствуют созданию номеров высокой сложности, развитию техники их исполнения и, самое главное, умению создавать художественный образ.

**Направленность** образовательной программы: *художественная*.

**Актуальность** Программа отвечает требованиям концепции развития системы дополнительного образования детей Санкт-Петербурга, одной из задач которой является создание программ дополнительного образования направленных на укрепление здоровья юных петербуржцев, уровень их образованности и общей культуры. Занятия спортивными бальными танцами - это путь к здоровью и творчеству ребенка. Наш век научно-технического прогресса, к сожалению, сопровождается малоподвижным образом жизни, который отрицательно сказывается на здоровье детей. Представляя собой синтез классической, народной и современной хореографии, программа не только способствует укреплению здоровья детей, но их творческому и эмоциональному развитию.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на 3 года и предназначена для учащихся в возрасте от 7 до 11 лет, занимающихся в цирковом коллективе.

**Уровень освоения** – общекультурный.

**Срок и объем реализации программы.** Программа рассчитана на 3 года обучения, 216 часов по 72 часа в год.

**Цель программы:** освоение основ хореографии для их применения в номерах и программах циркового коллектива.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- ознакомление с понятием хореография;
- изучение терминологии в хореографическом искусстве;
- значение хореографии в цирковом искусстве;
- знакомство с различными видами танца (классический, народно-сценический, современный, бальный);

- формирование умения совмещать исполнение цирковых действий с танцевальными движениями;
- изучение позиций ног, позиций рук, позиций в паре, линии танца, направления движения;
- знакомство с принципами перестроения на сценической площадке;
- познакомить с элементами актерского мастерства, правилами импровизации и драматургией в хореографии (сюжетные и бессюжетные этюды).

*Развивающие:*

- развитие навыков постановки корпуса, выворотности ног;
- развитие координации движений и пространственное ориентирование;
- развитие музыкального слуха и музыкально-ритмических навыков;
- развитие силы и выносливости;
- развитие самоконтроля;
- формирование навыков выразительного движения в соответствии с различным характером музыки;
- формирование навыков чёткости и слаженности движений при групповом исполнении;
- развитие творческого мышления и воображения;
- развитие навыков исполнительского искусства, актерского мастерства;
- овладение пониманием смысловой и эмоциональной окраски музыки через движение;
- овладение навыками совмещать танцевальные движения и исполнение циркового трюка;
- овладение навыками применения изученных движений различных жанров хореографии в соответствии с характером циркового номера;
- овладение навыками общения со зрительской аудиторией в условиях циркового представления.

*Воспитательные:*

- формирование сценической культуры;
- развитие художественного вкуса;
- обучение приемам самостоятельной и коллективной работы;

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

Условия набора учащихся: к обучению по программе приглашаются дети, занимающиеся в цирковом коллективе.

Условия формирования групп: одновозрастные группы.

Количество детей в группе на 1-м году обучения - не менее 15 человек; на 2-м году обучения – не менее 12 человек; на 3-м и последующих годах обучения - не менее 10 человек.

Особенности организации образовательного процесса Учебный материал, входящий в программу, достаточно разнообразен. Поэтому используются моменты перехода от более легкого к более сложному материалу, максимально использованы тренировочные

упражнения, элементы танцев, изменяются соответственно ритм, темп и т.д. В программу включены танцы различной группы сложности, имеющие разную технику движений рук и ног. Танцевальные этюды – способствуют раскрытию артистических способностей детей, их эмоциональной выразительности.

Формы организации деятельности учащихся на занятии являются групповые занятия. Теоретический материал усваивается в процессе исполнения танцевальных элементов.

Материально-техническое оснащение Для успешного обучения детей, по данной программе, необходимо наличие класса, оборудованного зеркалами и «станком», гимнастическим ковриками (или татами), а также музыкальное сопровождение.

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

### **Планируемые результаты:**

#### *Личностные:*

- Сформированы такие качества личности как терпение, целеустремленность, трудолюбие, умение доводить начатое дело до конца, выносливость, стремление к самосовершенствованию и творческому росту.
- Формирования потребностей и навыков сохранения и укрепления здоровья.
- Сформировано стремление к познанию нового в изучаемом предмете.

#### *Метапредметные:*

- Сформированы навык коллективного творчества, сотрудничества учащихся, учащихся и педагога.
- Выявлены и развиваются заложенные в учащихся способности: музыкального слуха, памяти, чувства ритма, формирование умений говорить на языке танца через эмоции, жесты, пластику, мимику, умение двигаться грациозно.

#### *Предметные:*

- Сформированность предметной компетентности в области хореографии: знание о многообразии видов и жанров искусства хореографии, истории танцевального искусства, танцевальных жанрах (классический, народно-сценический, современный, балетный), терминологии в хореографическом искусстве.
- Сформированность базовых хореографических знаний навыков для творческого выражения заданного образа в цирковом искусстве.
- Учащиеся владеют пониманием смысловой и эмоциональной окраски музыки через движение, умеют совмещать танцевальные движения и исполнение циркового трюка.
- Учащиеся владеют принципами перестроения на сценической площадке и навыками общения со зрительской аудиторией в условиях циркового представления.
- Учащиеся овладели элементами актерского мастерства, правилами импровизации и драматургии в хореографии (сюжетные и бессюжетные этюды).

**Учебный план  
образовательной программы  
«Хореография для циркового коллектива»  
1 года обучения**

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	
2.	Элементы ритмики	10	2	8	зачет
3.	Основы классического танца	8	2	6	зачет
4.	Партерная гимнастика	11	1	10	зачет
5	Упражнения для рук	8	1	7	зачет
6	Ориентирование в пространстве	5	2	3	зачет
7	Ритмические этюды	6	2	4	зачет
8	Учебно-тренировочная работа	20	5	15	зачет
9	Контрольные и итоговые занятия	2	-	2	зачет
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>17</b>	<b>55</b>	

**Учебный план  
образовательной программы  
«Хореография для циркового коллектива»  
2 года обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Элементы ритмики	6	1	5	зачет
3	Элементы классического танца	8	2	6	зачет
4	Партерная гимнастика	8	1	7	зачет
5	Прыжки, вращения	8	1	7	зачет
6	Рисунки танца	3	1	2	зачет
7	Положения в парах	3	1	2	зачет
8	Ритмические этюды	6	2	4	зачет
9	Основы актерского мастерства	6	1	5	зачет
10	Учебно-тренировочная работа	11	1	10	
11	Репетиционно-постановочная работа	9	3	6	
12	Контрольные и итоговые занятия	2	-	2	
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	

**Учебный план образовательной программы  
«Хореография для циркового коллектива»  
3 года обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	-	
2	Элементы ритмики	4	1	3	зачет
3	Элементы классического танца	8	1	7	зачет
4	Партерная гимнастика	6	2	4	зачет
5	Прыжки, вращения, туры	6	1	5	зачет
6	Положения в парах	2	1	1	зачет
7	Основы актерского мастерства	6	1	5	зачет
8	Бессюжетные хореографические этюды	4	1	3	зачет
9	Сюжет в хореографии	4	1	3	зачет
10	Импровизационный блок	5	1	4	зачет
11	Учебно-тренировочная работа	10	2	8	
12	Репетиционно-постановочная работа	13	3	9	
13	Контрольные и итоговые занятия	2	-	2	
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>17</b>	<b>55</b>	

## Оценочные и методические материалы

### Формы и методы обучающего процесса

Обучение детей происходит в форме групповых занятий. Теоретический материал усваивается в процессе объяснения элементов тренировочных упражнений, разбора правильной силовой нагрузки на группы мышц. Существующая последовательность исполнения элементов тренировочных упражнений способствует усвоению профессиональной терминологии.

Приобретение практических навыков напрямую связаны с трудоспособностью детей и их физической выносливостью, что непременно учитывается при проведении занятий.

Танцевальные этюды способствуют раскрытию артистических способностей детей, их эмоциональной выразительности.

### Форма оценки результативности

Результативность усвоения программы прослеживается на открытых занятиях, а так же степенью занятости обучающихся детей в концертных программах коллектива. Оценка результативности необходима для определения эффективности программы и внесения в нее изменений с учетом индивидуальности детей.

### Методика и организация учебно-воспитательного процесса

Методика и организация учебно-воспитательного процесса проводится с учетом психофизических и возрастных особенностей развития ребенка.

Основными принципами обучения являются – от простого к сложному, системность, последовательность, доступность.

Обучение строится на взаимодействии видов деятельности – подражательной, познавательной, коммуникативной, ценностно-ориентированной, творческой.

Музыкальное сопровождение занятий является не вспомогательной функцией, а организует, вдохновляет и воспитывает музыкальный эстетический вкус.

### Диагностика образовательного процесса

Во время занятий наблюдается выполнение танцевальных элементов, музыкально-ритмических упражнений, манера и характер исполнения движений, эмоциональное восприятие музыкального сопровождения и определяется уровень способности каждого учащегося.

– баллы выставляются каждому учащемуся по **трехбалльной шкале** по каждому показателю,

– затем все баллы суммируются, и вычисляется **среднеарифметический балл**

– уровень освоения программы выявляется по следующей шкале:

от 1 до 1,5 – уровень низкий (учащийся не может выполнить все предложенные задания)

от 1,6 до 2,1 – уровень средний (учащийся выполняет некоторые предложенные задания)

от 2,2 до 3,0 – уровень высокий (учащийся выполняет все предложенные задания)



**Критерии для определения результатов и качества освоения  
образовательной программы  
«Хореография для циркового коллектива»**

Критерии оценки качества освоения образовательной программы	Уровни освоения		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
<b>1 год обучения</b>			
<b>Танцевальная терминология</b>	Использование всей терминологии пройденной за период обучения	Неполное использование терминологии пройденной за период обучения	Невозможность использования терминологии пройденной за период обучения
<b>Выполнение базовых движений под музыку</b>	Точное исполнение упражнений	Не точное исполнение упражнений	Не выполнение упражнений
<b>Танцевальные данные (шаг, выворотность, гибкость)</b>	1. Осанка 2. Выворотность ног 3. Гибкость тела 4. Прыжок 5. Устойчивость Оценивается каждый пункт и выводится средний балл.		
<b>Музыкальные данные (ритмичность, такт)</b>	Умение различать ритмические рисунки и исполнять упражнения в такт музыкального произведения	Умение различать простейшие ритмические рисунки	Нет чувства ритма
<b>Ориентирование в танцевальном пространстве</b>	Умение правильно использовать танцевальное пространство	Не точное перестроение на площадке	Нет видения танцевального пространства
<b>Творческие способности</b>	Танцевальная память (точное повторение и исполнение танцевальных движений).	Танцевальная память (ошибочное исполнение танцевальных движений)	Нет танцевальной памяти
<b>2 год обучения</b>			
<b>Танцевальная терминология</b>	Использование всей терминологии пройденной за период обучения	Неполное использование терминологии пройденной за период обучения	Невозможность использования терминологии пройденной за период обучения
<b>Основные танцевальные движения</b>	Точное исполнение упражнений	Не точное исполнение упражнений	Не выполнение упражнений
<b>Выразительность</b>	Использование	Использование	Узкое

<b>исполнения</b>	комплекса выразительных средств: положения тела, жесты и т.д.	частичных средств для выразительности исполнения	использование выразительности
<b>Музыкальные данные (ритмичность, такт)</b>	Правильное и точное ритмическое исполнение движений	Не точное ритмическое исполнение движений	Отсутствие чувства ритма
<b>Самостоятельное исполнение комбинаций танца</b>	Точное исполнение танцевальных комбинаций, без подсказок	Исполнение танцевальных комбинаций с подсказками	Плохое исполнение танцевальных комбинаций
<b>Выполнение движений в характере танца (классический)</b>	Правильная постановка корпуса и точность выполнения упражнений	Не точное исполнение упражнений	Нет понимания исполнения упражнений
<b>3 год обучения</b>			
<b>Танцевальная терминология</b>	Использование всей терминологии пройденной за период обучения	Неполное использование терминологии пройденной за период обучения	Невозможность использования терминологии пройденной за период обучения
<b>Законы композиции, основы сюжета танца</b>	Знание драматургии танца и применение в танцевальной постановке	Знание драматургии танца, но нет понимания ее применения	Нет знаний и понимания законов композиции
<b>Бессюжетные этюды</b>	Хорошее исполнение и правильный порядок исполнения изученных этюдов	Правильный порядок исполнения изученных этюдов	Нет порядка исполнения изученных этюдов
<b>Выполнение движений в характере танца (классический)</b>	Правильная постановка корпуса и точность выполнения упражнений	Не точное исполнение упражнений	Нет понимания исполнения упражнений
<b>Самостоятельное исполнение комбинаций танца (импровизация)</b>	Самостоятельная постановка этюда	Постановка этюда с подсказками педагога	Не возможная самостоятельная постановка этюда
<b>Артистичность и эмоциональная выразительность</b>	Артистичное и эмоциональное исполнение этюдов	Маловыразительное исполнение этюдов	Исполнение этюдов без эмоций

## Информационные источники

### Нормативная база:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008)
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
5. Конституция Российской Федерации, Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.
6. Конвенция о правах ребенка, Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года

### Список литературы для использования педагогом:

1. Ваганова А.Я.. Основы классического танца. – Ленинград – Москва: Государственное издательство Искусство, 1948.– 208 с.
2. Энциклопедия «Балет». / Ред. Ю.Н. Григорович.– Москва, 2001. – 623 с.
3. Уральская В.И. Природа танца. – М.: Сов.Россия, 1981.– 110 с.
4. Методическое обеспечение уроков танцев. –Спб.: Министерство культуры Российской Федерации. Комитет по культуре Ленинградской области, 2004.– 56 с.
5. Современные сюжетные и народные танцы.– М.: Советская Россия, 1978. – 95 с.
6. Боголюбская. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах (учебно- методическое пособие).– М., 1982. – 102 с.
7. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию творчества в танце. – М., 2002.– 120 с.
8. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений. – М., 2004.– 144 с.
9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М.: Владос, 2003.– 205 с.
10. Ткаченко Т. Народный танец. М.: Искусство, 1967.– 655 с.
11. Лисенкова И.Н. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах.- М., 1989. – 84 с.
12. «Современный бальный танец. / под ред. В.М.Стриганова, В.И.Уральской. – М.:Просвещение, 1978.– 431 с.
13. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца.– Спб., 1996.– 130 с.
14. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. – М.: СПбГУП, 1997. – 211 с..
15. Никитин В.Ю. Джаз-модерн танец. Начало обучения. – М.1998.– 158 с.

16. Никитин В.Ю. Джаз-модерн танец. Продолжение обучения. – М., 2001. – 164 с.
17. Аникеева Н. П. Воспитание игрой. - М., 1987. – 143 с.
18. Шмойлов М. Г. Мастерство актера. Упражнения и игры начального этапа обучения. Методическая разработка. – Л., 1990. – 28 с.
19. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М.: Советский композитор, 1989. – 104 с.
20. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. – М.: Советский композитор, 1991. – 110 с.

**Литература в адрес учащихся родителей:**

1. В.Костровицкая. 100 уроков классического класса. – Спб.: Лань, 1980. – 319 с.
2. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. – М.: Астрель, 2004. – 144 с.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии.- М., 1999. – 262 с.
4. Пасютинкая В. Волшебный мир танца – М. Просвещение, 1986. – 223 с.
5. Современный балетный танец / Под ред. В.М.Стриганова, В.И.Уральской. – М.. Просвещение, 1978.– 431 с.
6. Лисенкова И.Н. Развитие пластики в современных танцевальных ритмах.- М., 1989. – 84 с.
7. Шипилина И.А. Хореография в спорте: учебник для студентов.– Ростов на Дону: Феникс, 2004. – 209 с.
8. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. М.: Искусство, 1996. – 592 с.



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕН  
приказом от 31.08.2020 № 47-од  
Директор ГБУ ДО ДДТ

\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**Календарный учебный график**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Хореография для циркового коллектива»  
на 2020 - 2021 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество о учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	15.09.2020	01.06.2021	36	36	72	один раз в неделю по 2 часа



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕНА  
приказом от 31.08.2020 № 47-од  
Директор ГБУ ДО ДДТ

\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**«Хореография для циркового коллектива»**  
**1 год обучения**

Данная образовательная программа ориентирована на учащихся циркового коллектива. Для которых занятия хореографией улучшает качество и красоту исполнения цирковых номеров.

**Цель:** создание условий для развития хореографических навыков учащихся.

**Задачи:**

Обучающие:

- формирование у учащихся интереса к занятиям хореографией через игротанцы, комплекс игровой партерной гимнастики и разучивания танцевальных миниатюр
- совершенствование у обучающихся полученных знаний, умений и навыков путем усложнения координации и убыстрения темпа исполнения упражнений и танцевальных элементов

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости),
- развитие специальных физических данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации)
- развитие художественно – творческих способностей, самостоятельности, инициативы

Воспитательные

- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе
- воспитание целеустремленности, настойчивости, творческой активности и фантазии

## **Планируемые результаты:**

### Предметные:

По завершении первого года обучения по программе учащиеся умеют:

- выделять сильную долю,
- слушать и просчитывать музыку,
- начинать движение после музыкального вступления,
- на слух различать темп музыки и изменять темп движения в зависимости от темпа музыки.
- Знают позиции рук, ног.
- Умеют ориентироваться в пространстве класса при перестроении из линий в «змейку», «круг»; из круга в два, четыре круга; из колонны в две – пять колонн.
- Знают и умеют выполнять элементарные движения и упражнения партерного экзерсиса проученные на подготовительном этапе обучения. Умеют исполнять ритмо - танцы.

### Метапредметные:

- учащиеся свободно контактируют с педагогом, адекватно реагируют на его замечания, любят быть в центре внимания на концертных выступлениях и открытых занятиях. Развивается любовь к искусству танца через посещение концертов и театральных постановок.

### Личностные

- учащиеся уважительно относятся к педагогу и всем членам коллектива, помогают друг другу в трудной ситуации.

## **Содержание образовательной программы первого года обучения**

Первый год обучения является базисным, поэтому основное внимание уделяется азбуке танца, позволяющей развить и улучшить осанку, пластичность, координацию. Развитие музыкально-ритмической координации подразумевает умение согласовать движения тела во времени и пространстве под музыку.

### **Вводное занятие.**

Знакомство с детьми. Рассказ об образовательной программе. Объяснение необходимости занятий хореографией в цирковой студии. Правила техники безопасности на занятиях.

### **Элементы ритмики.**

#### Теория:

Для музыкально - ритмического развития учащихся на занятиях вводятся соответствующие ритмические упражнения и игры.

- мелодия и движение, сочетание движений и музыки,
- характер музыки, динамика, темп (быстро, медленно, умеренно),
- контрастная музыка (быстро – медленно, весело – грустно),
- соотношение пространственных построений с музыкой,

- такт и затакт, акцент,
- длительность, ритмический рисунок.

Практика:

Различные виды ходьбы (бодрая и спокойная с подниманием ног на всей стопе и на полупальцах, шаг с носка, шаркающий шаг, шаг на пятках, «Гармошка», «Елочка», «Припадания»).

Различные виды бега (бег естественный, бег с поднятыми коленями, сочетание бега с ритмичными хлопками, сочетание ходьбы с бегом) Подскоки, прыжки.

Пространственные построения: колонна, шеренга, цепочка, круг; из колонны в цепочку, из шеренги в цепочку, из колонны в шеренгу. Сочетание движения с началом и окончанием музыкальной фразы.

### **Основы классического танца.**

Классический танец лежит в основе любого вида танца. Изучение элементов классической хореографии способствует выработыванию навыка правильного исполнения танцевальных движений, стремления к красоте этого исполнения, формированию навыков выразительности и техничности.

Теория:

- основные позиции ног, рук, постановка корпуса.
- понятие выворотности ног
- понятие координация движений

Практика:

Экзерсис у станка:

постановка корпуса;  
 позиции ног (первая, вторая, третья, пятая);  
 demi - plie по первой, второй, пятой позициях;  
 battement tendu по первой позиции;  
 battement jette по первой позиции;  
 releve;

Экзерсис на середине:

позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья);  
 первое port des bras;  
 demi - plie по первой, второй позиции;  
 allegro (прыжки): Tempslevesaute – по 1, 2, 5-й позициям.

### **Партерная гимнастика.**

Упражнения направлены на развитие физических данных, поддержание двигательной подвижности связок и суставов. Упражнения способствуют оптимальной подготовке мышц к занятиям, делая их более пластичными, формированию правильной осанки и развитию координации движений.

Теория:

- объяснение важности мышечных ощущений; необходимости контроля за работой основных групп мышц,
- понятие «осанка»,



- понятие «растяжка»,
- выворотность как основа выполнения движений хореографии.

#### Практика:

- упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

#### **Упражнения для рук.**

- движения рук, пальцев, кистей на уровне позиций рук классического танца;
- положения рук в восточных танцах;
- движения и переходы рук в восточных танцах;
- позиции рук испанских танцев фламенко;
- движения пальцев и кистей рук в испанских танцах фламенко;
- позы испанских танцев фламенко;
- переходы рук из позы в позу в испанских танцах фламенко.

#### **Ориентирование в пространстве.**

- простейшие построения: линия колонка;
- простейшие перестроения: круг;
- сужение круга, расширение круга;
- интервал;
- различие правой, левой руки, ноги, плеча;
- повороты вправо, влево;
- пространственное ощущение точек зала (1,3,5,7).

#### **Ритмические этюды.**

- этюды с использованием элементов ритмических игр;
- этюды с использованием ритмических упражнений и переходов в парах в различных метроритмических рисунках.

#### **Учебно-тренировочная работа.**

Работа направлена на отработку и закрепление полученных умений и навыков.

УТВЕРЖДЕН  
приказом директора  
от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

**Календарный тематический план**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Хореография для циркового коллектива»  
на 202\_\_/202\_\_ учебный год  
для \_\_ группы 1 года обучения

педагог

№ п/п	Дата занятия		Тема / содержание занятия	Количество часов	Примечание
	план	факт			
1			Вводное занятие. Беседа по охране труда.	2	
2			Упражнения для рук. Теория. Положение рук.	2	
3			Элементы ритмики. Теория.	2	
4			Элементы ритмики. Виды ходьбы.	2	
5			Элементы ритмики. Виды бега.	2	
6			Элементы ритмики. Пространственные построения.	2	
7			Элементы ритмики. Сочетание движения с началом и окончанием музыкальной фразы. Зачет.	2	
8			Партерная гимнастика. Теория. Учебно-тренировочная работа. Теория.	2	
9			Партерная гимнастика. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стоп; Упражнение на укрепление пресса.	2	
10			Партерная гимнастика. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.	2	
11			Партерная гимнастика. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедр.	2	
12			Партерная гимнастика.	2	

			Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава.		
13			Партерная гимнастика. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника. Зачет.	2	
14			Ориентирование в пространстве. Теория.	2	
15			Ориентирование в пространстве. Пространственное ощущение.	2	
16			Учебно-тренировочная работа. Теория.	2	
17			<u>Беседа по охране труда.</u> Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений.	2	
18			Ориентирование в пространстве. Понимание пространства. Зачет. Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений.	2	
19			Упражнения для рук. Положение рук.	2	
20			Упражнения для рук. Положение рук.	2	
21			Упражнения для рук. Положение рук. Зачет.	2	
22			Основы классического танца. Теория.	2	
23			Основы классического танца. Экзерсис у станка: постановка корпуса; позиции ног (первая, вторая, третья, пятая); demi - plie по первой, второй, пятой позициях; battement tendu по первой позиции; battement jette по первой позиции; releve.	2	
24			Основы классического танца. Экзерсис на середине: позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья); первое port des bras; demi - plie по первой, второй позиции.	2	
25			Основы классического танца. allegro (прыжки): Temps leve saute – по 1, 2, 5-й позициям. Зачет.	2	

26			Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений.	2	
27			Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений.	2	
28			Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений.	2	
29			Ритмические этюды. Теория.	2	
30			Ритмические этюды. Этюды с использованием элементов ритмических игр.	2	
31			Ритмические этюды. этюды с использованием ритмических упражнений и переходов в парах в различных метроритмических рисунках. Зачет.	2	
32			Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений.	2	
33			Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений.	2	
34			Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений.	2	
35			Учебно-тренировочная работа. Отработка полученных навыков и умений. Зачет.	2	
36			Контрольное и итоговое занятие.	2	
			<b>Всего часов</b>	<b>72</b>	

### План воспитательной работы с учащимися

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Просмотр балетных спектаклей и концертов.	Октябрь- Апрель	Городские театры и концертные площадки Санкт-Петербурга	

### План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Родительские собрания.	Сентябрь- Май	ДДТ	

**Согласован:**

Заведующий отделом \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_) (подпись) (ФИО)

Дата: « \_\_\_\_ » « \_\_\_\_\_ » 202\_\_ года



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕНА  
приказом от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_  
Директор ГБУ ДО ДДТ

\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**«Хореография для циркового коллектива»**  
**2 год обучения**

Второй год обучения расширяет хореографическую подготовку за счет включения в программу прыжков и начальных навыков вращения. Продолжается работа над осанкой и выворотностью.

**Задачи:**

Обучающие:

- формирование у учащихся интереса к занятиям хореографией через игротанцы, комплекс игровой партерной гимнастики и разучивания танцевальных миниатюр
- совершенствование у обучающихся полученных знаний, умений и навыков путем усложнения координации и убыстрения темпа исполнения упражнений и танцевальных элементов

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие специальных физических данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), и изучение азбуки хореографии
- развитие художественно – творческих способностей, самостоятельности, инициативы

Воспитательные

- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе
- воспитание целеустремленности, настойчивости, творческой активности и фантазии

## **Планируемые результаты:**

### Предметные:

- выработать правильную балетную осанку на основе принятой в классическом танце постановке корпуса, рук, ног, головы
- усвоить основные движения классического экзерсиса
- сформировать начальные навыки скоординированности движения
- уметь выражать эмоции через пластику тела

### Метапредметные:

- формирование навыков коммуникативной культуры поведения
- формирование навыка концертных выступлений

### Личностные:

- эстетическое восприятие произведений хореографии
- формирование чувства ответственности за коллектив, личной дисциплинированности

## **Содержание образовательной программы второго года обучения**

### **Вводное занятие.**

Рассказ об образовательной программе. Объяснение необходимости занятий хореографией в цирковой студии. Правила техники безопасности на занятиях.

### **Элементы ритмики.**

#### Теория:

Повторение пройденного материала за 1-й год обучения.

#### Практика:

Музыкальные жанры: спортивные, военные марши, вальсы, медленные хороводные, быстрые плясовые.

### **Элементы классического танца:**

Закрепляются знания, умения и навыки, полученные на 1-ом году обучения по всем темам. Кроме того, в раздел включаются:

#### Экзерсис у станка:

relevé с demi plié по 1, 2, 5 позиции;

demi, grand plié по 1, 2, 5, 4 позиции боком к станку;

battement tendus: крестом с 5 позиции во всех направлениях;

с опусканием пятки во 2 позицию без перехода с опорной ноги (позднее с переходом на рабочую ногу) и в 4 поз;  
без перехода (позднее с переходом).

battement tendus jete: крестом с 5 позиции; pique.

rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi plié;

battement frappés крестом носком в пол; в позы, с окончанием в demi plié;

battement fondus носком в пол (позже на 30 градусов): крестом из 5 позиции;

battement relevé lent и battement développe en face на 90 градусов;

grand battements jete.

#### Экзерсис на середине зала.

demi, grand plié по 1 позиции;

освоение основных поз (Croisée, Effacée, 2, 3 port de bras, 1, 2, 3 Arabesque);

grand plié на полупальцах с движениями рук;

battement tendus;

battement relevé lent в сторону с 1 позиции;

port de bras 1, 2, 3.

#### Прыжки.

temps levés sauté по 1, 2, 5 позднее 4 позиции;

pas de chat 2 поз;

changement de pied;



pasassamble.

### **Партерная гимнастика.**

Продолжение работы по развитию специальных хореографических данных по тем же видам упражнений

- упражнения для улучшения гибкости шеи;
- упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья;
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
- упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы;
- упражнения для исправления осанки;
- упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.

### **Прыжки, вращения.**

Одной из задач программы является развитие элементарных навыков координации движения. Для этого необходимо обучить учащихся технике вращения.

- прыжки по VI позиции с поворотом на  $\frac{1}{4}$  круга;
- прыжки по VI позиции с поворотом на  $\frac{1}{2}$  круга;
- шаги на месте в повороте вокруг себя, оставляя «точку» головой (вправо и влево);
- шаги на  $\frac{1}{2}$  поворота по диагонали, оставляя «точку» головой в угол;
- бег с отбрасыванием ног назад в повороте по диагонали;
- подскоки в повороте по диагонали;
- переступания на месте в правую (левую) сторону, оставляя взгляд в одну точку;
- шаги по II невыворотной позиции по диагонали на  $\frac{1}{2}$  поворота, оставляя голову в одну точку;
- бег в повороте;
- подскоки в повороте;
- полуповороты на 2 ногах в V позиции с переменной ног;
- подготовка к *sutenuanturnan* по диагонали.

### **Рисунки танца.**

Для освоения танцев необходимо ознакомить учащихся с наиболее характерными рисунками танца. Важно также научить их переходу из одного построения в другое:

- круг, полукруг, два круга;

- колонна по одному, по два, по четыре, шеренга, линия;
- цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны;
- круг в круге, корзиночка;
- воротца, карусель;
- переходы в различных рисунках.

### **Положения в парах.**

В групповых и массовых номерах используются различные положения участников на площадке. Для этого необходимо обучить учащихся взаимодействию друг с другом.

- положения в парах, когда учащиеся стоят лицом друг к другу со скрещенными и не скрещенными руками;
- положения в парах за руку, за талию, когда учащиеся стоят боком друг к другу;
- положения в тройках;
- переходы в парах и тройках.

### **Ритмические этюды.**

- этюды с использованием элементов ритмических игр;
- этюды с использованием ритмических упражнений и переходов в парах в различных метроритмических рисунках.

### **Основы актерского мастерства.**

Объяснение важности умения выражать человеческие мысли и чувства через танцевальные движения. Отработка навыка пластической выразительности и полного слияния с характером музыки. Формирование умения следить за выражением лица во время исполнения движений

#### Теория:

- выражение эмоций через мимику, жесты;
- правила поведения на сцене;

#### Практика:

- работа над сценическим образом;
- работа над заданным театральным персонажем
- игры: на умение раскрепощаться и воспитание уверенности в себе.

### **Учебно-тренировочная работа**

Работа направлена на отработку и закрепление полученных умений и навыков.

### **Репетиционно-постановочная работа**

Хореография играет одну из вспомогательных ролей в цирковой студии «БЭМС», поэтому репертуар согласовывается с педагогом по цирковому искусству.

- объяснение постановочного материала;
- разучивание композиции, построения номера.



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕНА  
приказом от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_  
Директор ГБУ ДО ДДТ

\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**«Хореография для циркового коллектива»**  
**3 год обучения**

На третий год обучения учащиеся уже владеют определенным запасом танцевальной техники, первоначальной координацией движения, развито их внимание к восприятию нового материала. Важным компонентом обучения на данном этапе является пополнение знаний основ музыкальной культуры, следует объяснить детям выразительные возможности музыки, познакомить с произведениями разных жанров и стилей. Дети должны понять, что любой танец есть эмоциональное пластическое выражение музыки. Вводятся такие понятия как сюжетный и бессюжетный танец.

**Задачи:**

Обучающие:

- формирование у учащихся интереса к занятиям хореографией через игротанцы, комплекс игровой партерной гимнастики и разучивания танцевальных миниатюр
- совершенствование у обучающихся полученных знаний, умений и навыков путем усложнения координации и убыстрения темпа исполнения упражнений и танцевальных элементов

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие общей физической подготовки (силы, выносливости, ловкости), развитие специальных физических данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации), и изучение азбуки хореографии
- развитие художественно – творческих способностей, самостоятельности, инициативы

Воспитательные

- воспитание трудолюбия, терпения, навыков общения в коллективе
- воспитание целеустремленности, настойчивости, творческой активности и фантазии

## **Планируемые результаты:**

### Предметные:

- Укреплена сила ног за счёт введения упражнений у станка на полупальцах.
- Закреплена постановка корпуса, рук, ног, головы, выполняя комбинации на заданные позы.
- Развивается координация движений за счёт усложнения элементов классического танца и ускорения темпа исполнения.

### Метапредметные:

- Учащиеся умеют воспринимать задания и замечания педагога, контролировать своё собственное исполнение.
- Учащиеся умеют согласовывать своё усилие с коллективными усилиями, сохраняя общий темпоритм занятия.

### Личностные:

- Сформировано стремление к достижению собственных результатов.
- Формируется креативное мышление учащихся.

## Содержание образовательной программы третьего года обучения

### **Вводное занятие.**

Рассказ об образовательной программе. Объяснение необходимости занятий хореографией в цирковой студии. Правила техники безопасности на занятиях.

### **Элементы ритмики.**

Повторение пройденного материала за 1-й и 2-й год обучения.

### **Элементы классического танца.**

Закрепляются знания, умения и навыки, полученные на 2-ом году обучения по всем темам. Кроме того, в раздел включаются:

#### Экзерсис у станка:

grandplie, demipliesportdebras;

battementtendusвпозах;

battementtendusjeteвпозах.;

battementfondu в позах на всей стопе носком в пол и на 45 градусов;

doublefondu на всей стопе;

battementfrappes в позах носком в пол; на полупальцах;

battement doubles frappes;

grand battements jete;

перегибы корпуса – вперед, назад по 5 позиции, держась одной рукой за станок;

поза attitude;

подготовительные упражнения для туров из 5, 2 позиции endehors и endedans.

#### Экзерсис на середине зала:

5 и 6 portdebras;

подготовительные упражнения к турам;

pasdeboureesimple;

battementfondуनावоздух;

battementreleve lent;

battementdeveloppe;

grand battement jete.

#### Прыжки:

pas glissade;

pasjete;

sissonne сценический.

#### Верчения:

tour pique;

подготовка к tours из IV, V позиций.

### **Партерная гимнастика.**

Продолжение работы по развитию специальных хореографических данных по тем же видам упражнений.

- упражнения для улучшения гибкости шеи;
- упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти и предплечья;
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
- упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы;
- упражнения для исправления осанки;
- упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.

### **Прыжки, вращения, туры.**

Повторение пройденного материала и добавление более сложных вращений (туры).

- поворот на 360 градусов в V позиции на полупальцах с demi-plie;
- glissadeenturnan по диагонали;
- подготовка к turs;
- turs - повороты с выпадами в позы (элементы эстрадного, дуэтного танца)

### **Положения в парах.**

В групповых и массовых номерах используются различные положения участников на площадке. Для этого необходимо обучить учащихся взаимодействию друг с другом.

- положения в парах, когда учащиеся стоят лицом друг к другу со скрещенными и не скрещенными руками;
- положения в парах за руку, за талию, когда учащиеся стоят боком друг к другу;
- положения в тройках;
- переходы в парах и тройках.

### **Основы актерского мастерства.**

Актерский тренинг, осуществляемый через упражнения, которые развивают актерские способности и в результате дает:

- развитие зрительной памяти;
- логического мышления;
- чувства партнерства;
- координацию в пространстве;

- выразительность внутренней и внешней пластики и эмоций.

### **Бессюжетные хореографические этюды.**

Бессюжетный танец — танец, в котором сюжет отсутствует.

В бессюжетных танцах нет сюжетной линии, конкретного действия, но есть образ — народа, времени года, растения, животного, эмоционального состояния и т. д.

#### Теория:

Танцевальные комбинации.

#### Практика:

Сочетание различных движений по темпу и сложности.

### **Сюжет в хореографии.**

Хореографический образ в танце — это характер человека или явления, выраженный средствами танца.

Сюжетный танец — это маленькая пьеса, новелла, где отражаются жизненные события, конфликты, показывается действия и переживания героев с их индивидуальными характерами, взаимоотношениями, внутренним миром, чувствами и мыслями.

#### Теория:

Сюжетная линия: завязка, развитие, кульминация действия, развязка.

#### Практика:

Правильно «обыграть» музыкальное произведение (начало музыкальной фразы, построить сюжетную линию в музыкальном произведении).

### **Импровизационный блок.**

Импровизация становится составной частью урока и делает подготовку концертных номеров коллективным творчеством.

#### Теория:

- учащиеся подбирают под музыку пластику животных, растений и т.д.;
- учащиеся сочиняют этюд на заданную музыку, используя эту пластику.

#### Практика:

- танцевальные этюды на основе пройденных элементов;
- танцевальные этюды с элементами дуэтного танца.

В составлении этюдов могут применяться самые различные элементы танцевальных движений – это зависит от фантазии возможностей учащихся.

### **Учебно-тренировочная работа**

Работа направлена на отработку и закрепление полученных умений и навыков.

### **Репетиционно-постановочная работа**

Хореография играет одну из вспомогательных ролей в цирковой студии «БЭМС», поэтому репертуар согласовывается с педагогом по цирковому искусству.

- объяснение постановочного материала;
- разучивание композиции, построения номера.