

Комитет по образованию городского округа «Город Калининград»  
муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования города Калининграда  
Детско-юношеский центр «На Комсомольской»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУДО ДЮЦ  
«На Комсомольской»  
М. Дмитриева  
Приказ № 70-о от 29 мая 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«Хореография «Импульс»**  
Срок реализации 2 года  
Для учащихся 6 -11 лет

Составитель: **Рыбаченко А.О.**  
педагог дополнительного образования

Рассмотрено и утверждено  
решением педагогического совета  
МАУДО ДЮЦ «На Комсомольской»  
Протокол №4  
От «29» мая 2020 г.

Калининград  
2020 г.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа  
**«Хореография «Импульс».**

**Направленность** художественная

**Срок реализации** 2 года.

**Возраст обучающихся** 6-11 лет.

**Цель программы:** Познакомить детей младшего школьного возраста с основами классического танца, раскрыть музыкально–двигательные способности.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- Постановка корпуса, ног, рук, поворотов головы.
- Освоение простейших элементов классического танца у станка и на середине.

**Развивающие:**

- Развитие музыкальности у учащихся (способности исполнять движения «в музыку» - уметь согласовывать движения своего тела с музыкой).
- Развитие творческих способностей, таких как самовыражение в движении под музыку, способность передавать характер музыки через движения своего тела, развитие танцевальности.
- Развитие элементарных навыков движения.
- Развитие внимания, памяти, мышления, скорости и быстроты реакции.

**Воспитательные:**

- Воспитание у учащихся силы воли, выносливости.
- Воспитание коммуникативных качеств, умения согласованно двигаться в ансамбле.

#### Учебный план

1-ый год обучения			
Разделы и темы	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
<b>Вводное занятие. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Хореографическая азбука</b>			
Тема 1. Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	3	1	2
Тема 2. Позиции ног – I, II, III, IV, V	3	1	2
Тема 3. Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II	3	1	2
Тема 4. Releves на полупальцы в I, II, V позициях	2	1	1

Тема 5. Demi Plie во всех позициях	3	1	2
Тема 6. Grandplie в I, II, V, IV позициях	3	1	2
Тема 7. Battementtendu	2	1	1
Тема 8. Battement tendu jete	3	1	2
Тема 9. Прыжки на I, II и V позициях (tempsleve)	3	1	2
Тема 10. Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	3	1	2
Тема 11. Танцевальная музыка: марши, польки, вальсы.	2	1	1
Тема 12. Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка и т.д.	4	1	3
Тема 13. Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);	3	1	2
Тема 14. Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.	3	1	2
Тема 15. Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	3	1	2
Тема 16. Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	3	1	2
Тема 17. Ковырялочка без подскоков	3	1	2
Тема 18. Припадание на месте, с продвижением в сторону	3	1	2
Тема 19. «Косичка»	2	1	1
Тема 20. «Веревочка» простая	3	1	2
Тема 21. «Маятник»	3	1	2
<b>Танец</b>			
Тема 22. Изучение танцевальной композиции	10	-	10
<b>Итого (аудиторные занятия)</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>
<b>Летний период(внеаудиторные занятия)</b>	<b>34</b>		<b>34</b>
<b>Всего за календарный год</b>	<b>104</b>	<b>22</b>	<b>84</b>
<b>2-ой год обучения</b>			
<b>Разделы и темы</b>	<b>Количество часов</b>		
	Всего	Теория	Практика
<b>Тема 1. Вводное занятие. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Тема 2. Повторение</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>9</b>
- Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	2	1	1
- Позиции ног – I, II, III, IV, V	2	1	1
- Позиции рук – подготовительное положение, I, III, II	2	1	1
- Releves на полупальцы в I, II, V позициях	2	1	1

- Demi Plie во всех позициях	2	1	1
- Grandplie в I, II, V, IV позициях	2	1	1
- Battementtendu	2	1	1
- Battement tendu jete	2	1	1
- Прыжки на I, II и V позициях (tempsleve)	2	1	1
<b>Тема 3. Гимнастика. Растяжка</b>	<b>22</b>	<b>7</b>	<b>15</b>
<b>Тема 4. Изучение танцевальных композиций</b>	<b>30</b>	<b>5</b>	<b>25</b>
<b>Итого (аудиторные занятия)</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>
<b>Летний период(внеаудиторные занятия)</b>	<b>34</b>		<b>34</b>
<b>Всего за календарный год</b>	<b>104</b>	<b>22</b>	<b>84</b>