

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова»  
(ФГБОУ ВО «ХГУ им. Н.Ф. Катанова»)



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по  
непрерывному образованию  
*М.В. Адамова* М.В. Адамова  
« 03 » 09 2018 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа**

Хореографическое творчество

---

Абакан  
2018

## 1. Общая характеристика программы

### 1.1. Цель реализации программы

Целью реализации дополнительной общеразвивающей программы «Хореографическое творчество» является выявление одаренных детей в области хореографического искусства и создание условий для художественного образования, эстетического воспитания, духовно-нравственного развития детей

### 1.2. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программы слушатель должен:

знать:

- терминологию классического, народного, современного танцев;
- элементы и основных комбинаций классического, народного, современного танцев;
- особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;

уметь:

- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения;
- исполнять на сцене композиции, на основе классического, народного, современного танцев, произведения учебного хореографического репертуар;

владеть:

- навыками взаимодействия с преподавателями и участниками образовательного процесса;
- навыками публичных выступлений.

**1.3 Категория слушателей** – дети старшего дошкольного возраста.

### 1.4. Трудоемкость обучения:

Нормативная трудоемкость обучения по данной программе составляет 306 часов.

**1.5. Форма обучения:** очная

**1.6. Режим занятий:** 3 раза в неделю, по 3 часа аудиторных занятия.

## 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный план

Учебный план является приложением к ДОП. Доступ к электронной версии учебного плана предоставляется в электронной информационно-образовательной среде на официальном сайте университета (<http://khsu.ru>).

### 2.2. Учебно-тематический план

| № п.п.    | Наименование модулей и разделов (тем) | Всего, час. | В том числе |                  | Форма контроля          |
|-----------|---------------------------------------|-------------|-------------|------------------|-------------------------|
|           |                                       |             | Лекции      | Практич. занятия |                         |
| <b>1.</b> | <b>Классический танец</b>             | <b>68</b>   |             | <b>68</b>        | <b>творческий показ</b> |
| 1.1       | Упражнения на середине зала           | 26          |             | 26               |                         |
| 1.2       | Упражнения у станка (лицом к палке)   | 26          |             | 26               |                         |
| 1.3       | Allegro                               | 15          |             | 15               |                         |
|           | Контрольный урок                      | 1           |             | 1                |                         |
| <b>2.</b> | <b>Народный танец</b>                 | <b>85</b>   |             | <b>85</b>        | <b>творческий показ</b> |
| 2.1       | Позиции ног                           | 3           |             | 3                |                         |

|           |                                                                                                      |            |  |            |                         |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--|------------|-------------------------|
| 2.2       | Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка». | 22         |  | 22         |                         |
| 2.3       | Поклоны                                                                                              | 4          |  | 4          |                         |
| 2.4       | Притопы                                                                                              | 4          |  | 4          |                         |
| 2.5       | Шаги                                                                                                 | 41         |  | 41         |                         |
| 2.6       | Хлопки и хлопушки                                                                                    | 6          |  | 6          |                         |
| 2.7       | Присядки                                                                                             | 4          |  | 4          |                         |
|           | Контрольный урок                                                                                     | 1          |  | 1          |                         |
| <b>3.</b> | <b>Современный танец</b>                                                                             | <b>68</b>  |  | <b>68</b>  | <b>творческий показ</b> |
| 3.1       | Экзерсис у станка                                                                                    | 20         |  | 20         |                         |
| 3.2       | Экзерсис на середине зала                                                                            | 23         |  | 23         |                         |
| 3.3       | Кросс                                                                                                | 24         |  | 24         |                         |
|           | Контрольный урок                                                                                     | 1          |  | 1          |                         |
| <b>4.</b> | <b>Ансамблевая подготовка</b>                                                                        | <b>85</b>  |  | <b>85</b>  | <b>творческий показ</b> |
| 4.1       | Винтик                                                                                               | 10         |  | 10         |                         |
| 4.2       | Калинка                                                                                              | 14         |  | 14         |                         |
| 4.3       | Лягушки                                                                                              | 10         |  | 10         |                         |
| 4.4       | Обезьянки                                                                                            | 10         |  | 10         |                         |
| 4.5       | Цветные сны                                                                                          | 20         |  | 20         |                         |
| 4.6       | Ритмы Африки                                                                                         | 20         |  | 20         |                         |
|           | Контрольный урок                                                                                     | 1          |  | 1          |                         |
|           | <b>ИТОГО:</b>                                                                                        | <b>306</b> |  | <b>306</b> |                         |

### 2.3. Содержание теоретических разделов

Теоретические разделы учебным планом не предусмотрены

### 2.4. Содержание практических разделов (306 часов)

#### Тема 1. Классический танец (68 часов)

##### 1.1. Упражнения на середине зала (26 часов).

Постановка корпуса, ориентировка в зале Разучивание поклона.

Комплекс упражнений партерной гимнастики

Экзерсис на партере: глубокое приседание( положение «лягушка» сверху),

фиксирование вытянутых стоп, вытягивание и сокращение стоп лежа и сидя из I,VI поз.

Сидя и лежа на спине и на животе: battement tendu, battement tendujete, grand battement jete

Растяжки.

Подготовительное положение, I, II, III позиций рук.

Позиций ног - I, II, III, V, VI

Portdebra

Шаги по кругу: с носка, на п/п, на пятках, на внешней, внутренней стороне стопы, и т.д.

Различные виды бега. Ритмические рисунки. Шаг «польки», подскоки, галоп.

Работа над разучиваемым танцем

##### 1.2. Упражнения у станка (лицом к палке) (26 часов).

Постановка корпуса

Проучивание preparation

Releve (поднимание на п/п)

Перегибы корпуса

demi-plie с переменной

battementtendu в сторону  
battementtendujete  
Relevelentна 45 в сторону  
Растяжка ног (с ногой на станке)

### **1.3. Allegro (15 часов)**

Трамплинные прыжки  
Прыжки с поджатыми ногами.

### **Тема 2. Народный танец (85 часов)**

#### **2.1. Позиции ног (3 часа)**

Позиции ног: пять прямых, пять свободных, две закрытые Позиции и положения рук: семь позиций

Подготовка к началу движения

#### **2.2. Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка» (22 часа)**

Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки,
- двух рук,
- поочередные раскрывания рук,
- переводы рук в различные положения.

#### **2.3. Поклоны (4 часа)**

- на месте без рук и с руками,
- поклон с продвижением вперед и отходом назад.

#### **2.4. Притопы (4 часа)**

- одинарные (женские и мужские),
- тройные.
- Перетопы тройные.

#### **2.5. Шаги (41 час)**

Простой (бытовой) шаг:

- вперед с каблука,
- с носка.

Простой русский шаг:

- назад через пальцы на всю стопу,
- с притопом и продвижением вперед,
- с притопом и продвижением назад.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

«Переменный шаг»:

- с притопом и продвижением вперед и назад
- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад
- «Девичий ход» с переступаниями.

«Гармошка»,

«ёлочка».

« Припадание»:

- простое
- - Припадание в сторону по 3-й свободной позиции:
- вперед и назад по 1-й прямой позиции.

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям)

Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах

Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

« Веревоочка» простая

«Ковырялочка» с двойным притопом: с тройным притопом.

«Ключ» простой (с переступаниями).

#### **2.6. Хлопки и хлопнушки (6 часов)**

Хлопки и хлопущки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары):

- в ладошки,
- по бедру,
- по голенищу сапога.

## **2.7. Присядки (4 часа)**

Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 1-й прямой и свободной позициям.

Покачивание на приседании по 1-й прямой и свободной позициям.

Подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям.

Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.

## **Тема 3. Современный танец (68 часов)**

### **3.1. Экзерсис у станка (20 часов)**

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: I, II, III и VI.
2. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
3. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
4. Flatback вперед - на прямых ногах - на plie
5. Battementtendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
6. Battementtendujeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
7. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
8. Arch по I, II параллельным и out позициям.
9. Stretch.
10. Layout.
11. Relevéent на 45о лицом к станку во всех направлениях.
12. Grandbatterments на 90о в сторону лицом к станку.

### **3.2. Экзерсис на середине зала (23 часа)**

Экзерсис на середине зала:

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V-положения.
2. Техника изоляции.
3. Поза коллапса.
4. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
6. Flatback вперед
  - на прямых ногах
  - на plie
7. Battementtendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
8. Battementtendujeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
9. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
10. Deepbodybend.
11. Arch по I, II параллельным и out позициям.
12. Stretch.
13. Lay out.
14. Roll down/ Roll up.
15. Contraction / release.

### **3.3. Кросс (24 часа)**

Кросс:

1. Шаги - pas de bourre - pas chasse.
2. Прыжки - jump по I, II параллельным и out позициям - hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции - трамплинные прыжки.
3. Вращения: поворот на трех шагах.

## Раздел 4. Ансамблевая подготовка

### 4.1. Винтик (10 часов)

Разучивание танца

### 4.2. Калинка (14 часов)

Разучивание танца

### 4.3. Лягушки (10 часов)

Разучивание танца

### 4.4. Обезьянки (10 часов)

Разучивание танца

### 4.5. Цветные сны (20 часов)

Разучивание танца

### 4.6 Ритмы Африки (20 часов)

Разучивание танца

## 3. Материально-технические условия реализации программы

Для реализации программы университет располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов занятий. Каждый слушатель обеспечен доступом к ЭИОС и библиотечному фонду университета.

| Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий | Вид занятий          | Наименование оборудования, программного обеспечения                                     |
|-------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| Хореографический класс                                            | Практические занятия | стенные зеркала, балетные станки и напольное покрытие (линолеумное), музыкальный центр. |
| Помещения для работы со специализированными материалами           |                      | Фонотека, видеотека, фильмотека, просмотрный видеозал                                   |
| Костюмерная                                                       |                      | Костюмы для сценических выступлений                                                     |

## 4. Учебно-методическое обеспечение программы

Учебный процесс по дополнительной общеразвивающей программе обеспечен учебной и учебно-методической литературой, включая ресурсы электронных библиотечных систем. Слушателям обеспечена возможность доступа к учебно-методическим материалам, разработанным составителями программы и размещённым в ЭИОС университета (на сайте библиотеки ХГУ им. Н.Ф. Катанова <http://library.khsu.ru/>; сайте университета <http://khsu.ru/>)

### Перечень рекомендуемой литературы:

1. Блок, Л. Д. Возникновение и развитие техники классического танца / Л. Д. Блок. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 259 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11677-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/445886>
2. Богданов, Г. Ф. Народно-сценический танец. Теория и история: учебник для среднего профессионального образования / Г. Ф. Богданов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 167 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10450-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblioonline.ru/bcode/430164>







### 6. Используемые образовательные технологии обучения

В процессе обучения по программе используются: *технология дифференцированного подхода; технология игровой деятельности, технология коллективной творческой деятельности.*

На практических занятиях слушатели осваивают движения (элементы) классического, народного и современного танцев.

### 7. Составители программы

| ФИО преподавателя | Ученая степень, ученое звание | Номер разработанного модуля/раздела/темы | Подпись                                                                             |
|-------------------|-------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Тинникова А.И.    |                               | Тема 1. Классический танец               |  |
| Протасов Д.В.     |                               | Тема 2. Народный танец                   |  |
| Тинникова А.И.    |                               | Тема 3. Современный танец                |  |
| Протасов Д.В.     |                               | Тема 4. Ансамблевая подготовка           |  |

СОГЛАСОВАНО  
Начальник УНО

«03» 09 2018 г.

Директор УСП

«03» 09 2018 г.

Зав. кафедрой / Директор  
УМЦ

«03» 09 2018 г.