

**Муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр детского и юношеского творчества»**

ПРИНЯТА на заседании  
Педагогического совета  
Протокол №1  
от 30августа 2023

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МОУ ДО «ЦДЮТ»  
Матвеева Т. В.  
Приказ №96 от 31 августа 2023

**Дополнительная общеразвивающая разноуровневая  
программа художественной направленности  
«Путь к танцу»**

Возраст обучающихся: 7 - 16 лет

Срок реализации: 3 года

Разработана:  
Гловой Юлией Сергеевной,  
педагогом дополнительного образования

**Луга  
2023**

## Содержание

Лист коррекции	3
Пояснительная записка	4
Учебно-тематический план	7
Календарный план	15
Содержание программы	16
Методическое обеспечение программы	18
Список литературы для обучающихся	20
Список литературы для педагога	20
Приложение	21

Программа создана в 2019 году.

**В 2020** году внесены изменения:

1. Внесены оценочные материалы.
2. Добавлена разноуровневая система программы.
3. В раздел «Учебно-Тематический план» добавлен пункт «Формы текущего контроля».

**В 2021** году внесены изменения в нормативно-правовую базу.

**В 2022** году программа разделена на модули «Хореография» и «Композиция танца».

**В 2023** году внесены изменения в нормативно-правовую базу.

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Нормативно-правовая база

Дополнительная общеразвивающая программа **художественной** направленности «Путь к танцу» разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ « Об образовании в Российской Федерации»
- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2021г. №678-р)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28).

### 1.1 Направленность

Одним из путей модернизации образования, повышения его развивающего, духовно-нравственного и эстетического потенциала является поиск новых средств, методов укрепления союза между образованием и искусством. Художественная реальность, как система художественных образов, создаваемая искусством, представляет мир в его целостности, пронизана и подчинена художественной концепции мира и человека, является ее образным (музыкально-хореографическим) пластическим воплощением.

Дополнительная общеобразовательная программа «Путь к танцу» имеет **художественную направленность**, которое ориентировано на развитие творческих способностей детей.

Программа предназначена для гармоничного развития способностей учащихся в основах танцевального искусства. Танец способствует развитию чувства ритма, музыкального слуха у детей, выполнению движений под музыку. Кроме того, танец помогает детям доброжелательно относиться друг к другу, развивает чувство коллективного творчества. Через танец дети выражают душевное состояние, получают положительный эмоциональный заряд, энергию. Одним из принципов проектирования и реализации дополнительных общеобразовательных программ является разноуровневость. Программа содержит характеристику разных уровней сложности образовательной программы и соответствующих им достижений участника программы, а также описание оценочных средств, которые определяют и присваивают учащимся те или иные уровни освоения образовательной программы, которые отображаются в матрице программы и мониторинговых картах (см. Приложение 1).

1. *Стартовый уровень.* Предполагает использование и реализацию «общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы»

2. *Базовый уровень.* Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, при которых ребенок способен увидеть предмет и явление в целом описать его и презентовать.

3. *Продвинутый уровень.* Предполагает углубленное изучение содержания материала в рамках содержательно-тематического направления программы, требует экспериментирования и исследования окружающих предметов и явлений.

Выделение 3 уровней развития помогает организовать учебный процесс с учетом индивидуальных особенностей личности ребенка, т.е. на уровне его возможностей и способностей. Это дает возможность получить максимальные по его способностям знания и реализовать личностный потенциал ребенка.

## **1.2. Актуальность программы и педагогическая целесообразность**

Общеобразовательная программа **актуальна**, хореографическое творчество является одним из средств формирования личности ребёнка подросткового возраста. В современном обществе особую значимость приобретают вопросы творческого развития подрастающего поколения. В социуме возрастает потребность в высокоинтеллектуальных творческих личностях, способных самостоятельно решать возникающие трудности, принимать нестандартные решения и воплощать их в жизнь.

### **Педагогическая целесообразность**

Занятия хореографией нужны для реализации творческого потенциала. Занимаясь хореографией, дети приобретают необходимые навыки для жизни: коммуникативность, активность, смелость, первоначальные знания об искусстве.

## **1.3 Цель и задачи программы**

**Цель:** Развитие творческих способностей через овладение основами хореографии.

### **Первый год обучения:**

#### ***Обучающие***

- сформировать знания и умения в области здоровья сбережения;
- сформировать умение работать в группе;

#### ***Развивающие***

- развить художественно-эстетический вкус;
- развить танцевальные данные: восприятие, образное и логическое мышление, память, воображение и внимание;

#### ***Воспитательные***

- воспитать чувство личной ответственности;
- воспитать позитивное отношение к окружающему, уважение к окружающим

### **Второй год обучения**

#### ***Обучающие***

- сформировать навыки концертной деятельности;
- способствовать социальной адаптации.

#### ***Развивающие***

- развить артистизм;
- развить эмоционально-чувствительную сферу личности.

#### ***Воспитательные***

- воспитать ценностное отношение здоровья и к здоровому образу жизни;

### **Третий год обучения**

#### ***Обучающие***

- сформировать базовые знания, двигательные умения и навыки в области хореографии;
- сформировать грамотность выполнять движения;

#### ***Развивающие***

- развить и формировать основные физические качества: выносливость, ловкость, гибкость;
- развить навыки самоанализа и рефлексии;

#### ***Воспитательные***

- воспитать активность, инициативность, настойчивость в достижении цели;

- воспитать чувство партнерства, сотрудничества, взаимовыручки, взаимопомощи, ответственности за результат общего дела, «командный дух»;

#### **1.4 Отличительные особенности**

Отличительной особенностью дополнительной общеобразовательной программы «Путь к танцу» является совмещение трех танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

#### **1.5 Возраст детей**

Программа рассчитана на детей 7-16 лет.

1 группа – (7-10 лет) – 1 год обучения.

2 группа – (10 – 12 лет) – 2 год обучения

3 группа – (13-16 лет ) – 3 год обучения.

#### **1.6 Сроки реализации**

Программа рассчитана на 3 года обучения.

1 год обучения - 144 часа,

2 год обучения: модуль «Хореография» - 144ч. и модуль «Композиция танца» - 72 ч.

3 год обучения: модуль «Хореография» - 144ч. и модуль «Композиция танца» - 72 ч.

#### **1.7 Формы и режим занятий**

Форма обучения: очная(Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2)

Формы проведения занятий: аудиторные и внеаудиторные.

Форма организации занятий: групповая.

Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (индивидуальные и коллективные). В репетиционно-постановочные занятия педагог включает необходимое количество разделов программы самостоятельно, комбинируя их в зависимости от тематики танца и сложности его постановки.

Программа также включает разные виды занятий:

1. учебное занятие;

2. занятие –игра;

3. открытое занятие;

Формы проведения занятий:

1. коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);

2. групповая, в которой обучение проводится с группой обучающихся (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;

3. парная, предполагающая общение с двумя обучающимися при постановке дуэтных танцев;

4. индивидуальная, используемая для работы по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

#### ***Режим занятий:***

Продолжительность занятий– 90 минут;

2 раза в неделю по 2 академических часа с 10-минутным перерывом на 1 году обучения;

2 раза в неделю по 2 академических часа с 10-минутным перерывом на 2 и 3 году обучения - модуль «Хореография»;

1 раз в неделю по 2 академических часа на 2 и 3 году обучения - модуль «Композиция танца»;

Количество обучающихся и режим занятий соответствует Положению о количестве обучающихся в детских объединениях, их возрастных категориях, а также продолжительности учебных занятий в Муниципальном образовательном учреждении дополнительного образования «Центр детского и юношеского творчества» в соответствии с направленностями дополнительных общеразвивающих программ.

## **1.8 Ожидаемые результаты и способы их проверки:**

### **Первый год обучения:**

#### *Личностные*

- Сформировано ценностное отношение к культуре;

#### *Метапредметные*

- Сформировано стремление к красоте телосложения и осанки в соответствии с этическими канонами;

#### *Предметные*

- Умение исполнять движения и комбинации классического, народного и современного танца;
- Умение управлять своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях;
- Умение выполнять простейшие танцевальные элементы;

### **Второй год обучения:**

#### *Личностные*

- Сформировано адекватное понимание причин успешности (не успешности) собственной творческой деятельности;

#### *Метапредметные*

- Обладание такими качествами как целеустремленность, ответственность, самостоятельность;

#### *Предметные*

- Умение определять цель деятельности на занятиях с помощью педагога;
- Умение определять последовательность действий на занятиях;
- Умение творчески подходить к выполнению задания;

### **Третий год обучения:**

#### *Личностные*

- Сформировано способность обучающихся к саморазвитию и самосовершенствованию;

#### *Метапредметные*

- Обладание такими качествами как целеустремленность, ответственность, самостоятельность;

- Умеет анализировать проделанную работу;

#### *Предметные*

- Знание хореографической терминологии;
- Знание простейших элементов классической и народной хореографии;

- Знание основных характеристик и движений джаз-модерн;

**Способы определения результативности:**

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов, участие обучающихся в мероприятиях (концертах, соревнованиях, спектаклях), активности обучающихся на занятиях и т.п.;

**Способы фиксации результатов**

- диагностические карты;

**1.9.Формы подведения итогов реализации ДОП:**

**Формы текущего контроля:**

<b>1 год обучения</b>	<b>2 год обучения</b>
1. Импровизация. 2. Наблюдение. 3. Опрос. 4. Практические задания (индивидуальные и в мини-группах). 5. Коллективные практические задания. 6. Тренинг. 7. Беседа. 8. Тест. 9. Выступления на зрителя.	1. Импровизация. 2. Практическая работа 3. Опрос 4. Практическая работа (Индивидуальная и в мини-группах) 5. Практическая работа 6. Выступление 7. Индивидуальная работа

Формы промежуточной аттестации:

<b>1 год обучения</b>	<b>2 год обучения</b>
1. Выполнение творческих заданий; 2. Выступление на праздниках, фестивалях; 3. Защита мини-проектов (под руководством педагога).	1. Выполнение творческих заданий. 2. Выступление на праздниках, фестивалях. 3. Защита мини-проектов (под руководством педагога).

**Формы итоговой аттестации:**

- Защита творческих проектов;
- Отчетный концерт коллектива.

**1.Прогнозируемые результаты работы с детьми 7-9 лет.**

**Дети всех уровней должны знать:**

- понятия и термины простейших движений (поклон, приседание, подскоки, повороты и т.д.);
- правила исполнения движений (красивая, ровная осанка, легкость, музыкальность);
- понятие о пространстве зала (где зрители, центр зала, линии танца; самостоятельно находить свободное место в зале).

## **Дети должны уметь:**

### *Стартовый уровень:*

- уметь исполнять поклон;
- повторять движение за педагогом;
- выполнять простейшие шаги – с носка, каблука, на полупальцах;
- выполнять «пружинку», приседания;
- прохлопать ритмический рисунок за педагогом.

### *Базовый уровень:*

- выполнять позиции ног (I, II, VI невыворотные позиции);
- четко выполнять движения за педагогом;
- четко маршировать под музыку;
- выполнять простейшие шаги – с носка, каблука, на полупальцах, шаг с высоким поднятием колен, пружинистый шаг;
- ориентироваться в танцевальном зале, знать, где центр зала, где располагается зритель;
- исполнять легкие танцевальные комбинации;
- прохлопать музыкальный рисунок;
- держать правильную осанку.

### *Продвинутый уровень:*

- знать и соблюдать позиции ног;
- уметь прохлопать музыку;
- четко исполнять танцевальные шаги, маршировать под музыку;
- выполнять подскоки, прыжки на двух ногах;
- запоминать последовательность и название движений в композиции;
- запоминать последовательность танцевальных движений;
- уметь находить свободное место в танцевальном зале;
- знать – круг, линия, квадрат;
- воспринимать задания и замечания педагога;
- знать правильное положение осанки, корпуса.

## **2.Прогнозируемые результаты работы с детьми 9-10 лет**

### **Дети всех уровней должны знать:**

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения движений;
- понятия о пространстве зала (точки зала - по методике А.Я.Вагановой);
- правила ориентации в пространстве: построение квадрата, круга, диагонали в зале.

### **Дети должны уметь:**

#### *Стартовый уровень:*

- знать позиции ног (I, II, III);
- уметь прохлопать ритмический рисунок;

- ориентироваться в пространстве танцевального зала;
- выполнять акробатические элементы при помощи педагога;
- выполняет танцевальные шаги, легкие комбинации шагов;
- знать названия исполняемых упражнений.

*Базовый уровень:*

- знать и выполнять позиции ног(I, II, III);
- различать музыкальный размер, темп;
- ориентироваться в пространстве зала (знать точки зала);
- воспринимать задания и замечания педагога;
- выполняет перестроения по залу;
- знает и выполняет упражнения партерной гимнастики;
- четко исполняет подскоки, галоп, марш;
- выполняет стойки на руках с небольшой помощью педагога.

*Продвинутый уровень:*

- соблюдает и верно исполняет позиции ног, направление ног (вперед, в сторону, назад);
- ориентируется в пространстве зала (знать точки зала);
- знает и выполняет виды перестроений;
- воспринимает задания и замечания педагога;
- запоминает последовательность танцевальных движений в композиции;
- различает размер, темп, соблюдает целостность музыкальной фразы;
- умеет согласовывать одновременно работу всех частей тела - корпуса, ног, рук, головы;
- умеет распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога с собственными движениями, музыкальным сопровождением;
- самостоятельно выполняет акробатические элементы.

### **3.Прогнозируемые результаты работы с детьми 11-16 лет**

**Дети должны знать:**

- понятия и термины программных движений;
- Правила исполнения движений;
- Понятия о пространстве зала (точки зала - по методике А. Я. Вагановой);
- Правила ориентации в пространстве: построение квадрата, круга, диагонали в зале;
- Правила исполнения классического экзерсиса;
- Термины классического и партерного экзерсиса.

**Дети должны уметь:**

*Стартовый уровень*

- знать и верно выполнять позиции ног (I, II, III);
- знать и выполнять позиции рук;
- уметь просчитать музыку;
- уметь определить характер музыки;
- знать пространственные перестроения;
- держать правильное положение корпуса;
- самостоятельно выполнять танцевальные шаги;

*Базовый уровень:*

- соблюдать позиции ног, направление ног (вперед, в сторону, назад);
- соблюдать позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья.);
- различать музыкальный размер, темп, характер музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве зала (знать точки зала);
- выполнять движения классического экзерсиса у станка;

- распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога с собственными движениями, музыкальным сопровождением;
- импровизировать на знакомую музыку;
- знать положения рук при работе в паре;
- знать комплекс упражнений при работе в пространстве;
- уметь держать «точку» при вращении без продвижения;
- «чисто» исполнять танцевальные движения.

*Продвинутый уровень:*

- знать и правильно выполнять позиции рук и ног;
- уметь правильно исполнить движения классического экзерсиса у станка;
- знать и выполнять самостоятельно комплекс упражнений партерной гимнастики;
- запоминать последовательность танцевальных движений в композиции;
- уметь импровизировать на знакомую и вновь услышанную музыку, составлять небольшие комбинации;
- согласованно исполнять движения в паре с партнером;
- артистично и эмоционально исполнять танцевальные движения;
- самостоятельно выполнять акробатические элементы («кольца», стойки на руках, «колесо», «мостик» с положения стоя и пр.);
- танцевать музыкально, четко слышать музыку;
- держать баланс при вращении, работе на одной ноге;
- выполнять вращения при работе из диагонали;
- знать шаг польки, галоп, переменный шаг;
- выполнять легкие, музыкальные и высокие прыжки;

## **1.9 Формы подведения итогов:**

- формой подведения итогов реализации программы выступают: праздники, участие в конкурсах, открытые занятия, отчетные концерты;
- -контрольные занятия;
- -самостоятельные работы;
- -открытые занятия для родителей;
- -концерт;

Могут быть использованы дневники достижений обучающихся, карты оценки результатов освоения программы, дневники педагогических наблюдений, портфолио учащихся и т.д. - документальные формы, в которых могут быть отражены достижения каждого обучающегося;

Программа предполагает проведение различных форм контроля входных, промежуточных и итоговых результатов.

Входной контроль - осуществляется в начале года.

Текущий контроль производится на каждом занятии. Педагог ведет наблюдение за успешностью освоения учащимися программы дополнительного образования.

Итоговый контроль - анализ результатов выступления учащихся в рамках школьных, городских, окружных и российских мероприятий.

Итоговый отчет результативности освоения программы проводится в форме концерта для родителей, по которому оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года. Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводя анализ творческих достижений учащихся. Для перехода с первого года обучения во второй осуществляется контрольным уроком в виде концерта.

### **Форма итоговой аттестации**

Открытые занятия, викторины, конкурсы, отчетный концерт.

## **2. Учебно-тематическое планирование**

### Учебно-тематический план на I год обучения

№	Раздел. Тема	Количество часов		
		Общ.	Теор.	Практ.
<b>1</b>	<b>Знакомство.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	1.1.Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка и техники безопасности. Сведения о курсе обучения, об ожидаемых результатах.	2	1	1
<b>2</b>	Азбука музыкального движения	<b>28</b>	<b>5</b>	<b>23</b>
<b>3</b>	Партерная гимнастика.	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>4</b>	Элементы классического танца	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>
<b>5</b>	Элементы народного танца	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>6</b>	Репетиционно- постановочная работа	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>
<b>7</b>	<b>Итоговые занятия</b>	<b>4</b>	-	<b>4</b>
	6.1.Итоги за первое полугодие.	2		2
	6.2.Итоги за учебный год.	2		2
Итого:		<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>

### Учебно-тематический план на II год обучения

#### 1.Модуль «Хореография»

№	Раздел. Тема	Количество часов		
		Общ.	Теор.	Практ.
<b>1</b>	<b>Знакомство.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	1.1.Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка и техники безопасности. Сведения о курсе обучения, об ожидаемых результатах.	2	1	1
<b>2</b>	Современный танец	<b>28</b>	<b>5</b>	<b>23</b>
<b>3</b>	Эстрадный танец.	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>4</b>	Элементы классического танца	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>
<b>5</b>	Элементы народного танца	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>6</b>	Репетиционно- постановочная работа	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>
<b>7</b>	<b>Итоговые занятия</b>	<b>4</b>	-	<b>4</b>
	6.1.Итоги за первое полугодие.	2		2
	6.2.Итоги за учебный год.	2		2
Итого:		<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>

## 1. Модуль «Композиция танца»

№	Раздел. Тема	Количество часов		
		Общ.	Теор.	Практ.
<b>1</b>	<b>Знакомство.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	1.1.Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка и техники безопасности. Сведения о курсе обучения, об ожидаемых результатах.	2	1	1
<b>2</b>	Азбука музыкального движения	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>3</b>	Композиция постановки танца.	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>4</b>	История хореографического искусства	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>5</b>	Постановочная работа.	<b>14</b>	<b>4</b>	<b>10</b>
<b>6</b>	<b>Концертная деятельность</b>	<b>22</b>	<b>4</b>	<b>18</b>
<b>7</b>	<b>Итоговые занятия</b>	<b>4</b>	-	<b>4</b>
	6.1.Итоги за первое полугодие.	2		2
	6.2.Итоги за учебный год.	2		2
Итого:		<b>72</b>	<b>21</b>	<b>51</b>

## Учебно-тематический план на III год обучения

### 1. Модуль «Хореография»

№	Раздел. Тема	Количество часов		
		Общ.	Теор.	Практ.
<b>1</b>	<b>Знакомство.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	1.1.Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка и техники безопасности. Сведения о курсе обучения, об ожидаемых результатах.	2	1	1
<b>2</b>	Современный танец	<b>28</b>	<b>5</b>	<b>23</b>
<b>3</b>	Эстрадный танец.	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>

4	Элементы классического танца	26	4	22
5	Элементы народного танца	28	4	24
6	Репетиционно- постановочная работа	28	2	26
7	<b>Итоговые занятия</b>	4	-	4
	6.1.Итоги за первое полугодие.	2		2
	6.2.Итоги за учебный год.	2		2
Итого:		144	20	124

## 2. Модуль «Композиция танца»

№	Раздел. Тема	Количество часов		
		Общ.	Теор.	Практ.
1	<b>Знакомство.</b>	2	1	1
	1.1.Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка и техники безопасности. Сведения о курсе обучения, об ожидаемых результатах.	2	1	1
2	Азбука музыкального движения	10	4	6
3	Композиция постановки танца.	10	4	6
4	История хореографического искусства	10	4	6
5	Постановочная работа.	14	4	10
6	<b>Концертная деятельность</b>	22	4	18
7	<b>Итоговые занятия</b>	4	-	4
	6.1.Итоги за первое полугодие.	2		2
	6.2.Итоги за учебный год.	2		2
Итого:		72	21	51

### Учебно-тематический план на I год обучения Модуль «Хореография в школе».

№	Раздел. Тема	Количество часов		
		Общ.	Теор.	Практ.
1	<b>Знакомство.</b>	2	1	1
	1.1.Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка и	2	1	1

	техники безопасности. Сведения о курсе обучения, об ожидаемых результатах.			
<b>2</b>	Азбука музыкального движения	<b>28</b>	<b>5</b>	<b>23</b>
<b>3</b>	Партерная гимнастика.	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>4</b>	Элементы классического танца	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>
<b>5</b>	Элементы народного танца	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>6</b>	Репетиционно- постановочная работа	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>
<b>7</b>	<b>Итоговые занятия</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
	6.1.Итоги за первое полугодие.	2		2
	6.2.Итоги за учебный год.	2		2
Итого:		<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>

**Учебно-тематический план на II и III год обучения  
Модуль «Хореография в школе».**

№	Раздел. Тема	Количество часов		
		Общ.	Теор.	Практ.
<b>1</b>	<b>Знакомство.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	1.1.Вводное занятие. Правила внутреннего распорядка и техники безопасности. Сведения о курсе обучения, об ожидаемых результатах.	2	1	1
<b>2</b>	Современный танец	<b>28</b>	<b>5</b>	<b>23</b>
<b>3</b>	Эстрадный танец.	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>4</b>	Элементы классического танца	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>
<b>5</b>	Элементы народного танца	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
<b>6</b>	Репетиционно- постановочная работа	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>
<b>7</b>	<b>Итоговые занятия</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
	6.1.Итоги за первое полугодие.	2		2
	6.2.Итоги за учебный год.	2		2
Итого:		<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>

**Календарный учебный график**

**дополнительной общеразвивающей программы «Юла»**

**на 2023-2024 год**

Комплектование коллективов – 01.09.2023 - 09.09.2023

Начало учебного года -10.09.2023 года

Окончание учебного года - 31.05.2024 года

Продолжительность учебного года - 36 недель

Промежуточная аттестация - 15 - 30.12.2023года - 15 – 30.04.2024 года

Итоговая аттестация - 15.04 по 15.05.2024 года

Количество праздничных дней:

а) шестидневная учебная неделя – 04.11.2023, , 23.02.2024; 08.03.2024; 01.05.2024, 09.05.2024.

б) пятидневная учебная неделя – 04. 11. 2026, 06.11.2023; 23.02.2022; 08.03.2024 , 30.04.2024, 01.05.2024; 09.05.2024, 10.05.2024.

Каникулы с01.01.2024. г. по 08.01.2024 г.

*1-й и последующие года обучения*

I-е полугодие	Зимние Каникулы	II-е полугодие	Летние каникулы	Всего в год
10.09-30.12 16 недель	01.01.-08.01.	09.01-31.05 20 недель	01.06-31.08	36 недель

**Количество часов, режим занятий:**

1 год обучения: в неделю – 4 часа (2 раза в неделю по два академических часа с 10 минутным перерывом), в год – 144 часа.

Продолжительность занятия: 90 минут

2 и 3 год обучения – модуль «Хореография» - 4 часа (2 раза в неделю по 2 академических часа с 10-минутным перерывом) в год - 144 часа.

2 и 3 год обучения – модуль «Композиция танца» - 2 часа (1 раз в неделю 2 академических часа с 10-минутным перерывом) в год - 72 часа.

Продолжительность занятия: 90 минут

Занятия в детском объединении проводятся в соответствии с учебной нагрузкой педагогов и расписанием занятий.

**3.Содержание программы**

**Содержание программы 1-го года обучения(подробное описание смотреть в приложении)**

**1.Вводное занятие.**

*Теория:* Знакомство с воспитанниками. Правила поведения на занятии.

Комплектование групп. Режим работы. Одежда для занятий.

**2. Азбука музыкального движения.**

*Теория:* мелодия и движение, темп музыки, музыкальные размеры, контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная).

*Практика :* Соотношение движений с музыкальной фразой (муз.размеры 2\4, 3\4, 4\4) Соотношение движений с музыкальным предложением (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4) Соотношение движений с музыкальным периодом (муз. размеры 2\4, 3\4, 4\4).Ритмические упражнения с музыкальным заданием (простой ход, бег на полупальцах). Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах

**3.Партерная гимнастика.**

*Теория:* упражнения для развития физических данных; строевые, общеразвивающие, акробатические, на расслабление мышц, дыхательные, для укрепления осанки, гибкости, пластичности движения.

*Практика:*

- различные шаги (с носка, на полупальцах, на пятках);
- бег (с высоким подниманием бедра, с захлестом);
- упражнения для укрепления различных групп мышц (шеи, плечевого пояса, спины, живота, рук и ног);
- упражнения на координацию движений;
- полушпагат, шпагат;
- упражнения на гибкость («лодочка», «колечко», «кошечка»);
- упражнения на растяжку мышц («бабочка», «лягушка» и др.).

#### **4.Элементы классического танца.**

*Теория:* правильное произношение французских терминов и перевод названий классических рас. Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца. Наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения классического танца у станка и на середине зала.

*Практика:* постановка корпуса, позиции ног и рук, Demi plie, Grand plie; Battement tendu (по I поз., V поз.); Rond de jambe par terre (по точкам); Releve (по I, II, V поз.); Port de bras (I); Sotte (по VI поз.) Grand battement; Adagio; Passe.

#### **5.Элементы народного танца.**

*Теория:* особенности народных движений; характерные положения рук и ног.

*Практика:* шаг с притопом, «гармошка», «ковырялочка», переменный шаг, подскоки.

#### **6.Постановочная деятельность.**

*Практика:* Постановка танцевальных композиций.

#### **7.Воспитательная деятельность.**

*Теория:* Подготовка и проведение познавательных и развлекательных мероприятий на уровне группы, коллектива, детского клуба и учреждения; посещение конкурсов и концертов. Проведение техники безопасности.

#### **8.Концертная деятельность.**

*Практика:* Проведение традиционного отчетного концерта коллектива в конце учебного года; участие в концертах, конкурсах, фестивалях и других мероприятиях районного, городского и областного уровня.

#### **9.Итоговое занятие.**

*Практика:* анализ деятельности группы за год (освоение программного материала, результаты участия в конкурсах, личностный рост воспитанников); перспективное планирование; поощрение и награждение лучших.

**Содержание программы 2-го года обучения(подробное описание смотреть в приложении)**

#### **1.Вводное занятие.**

*Теория:* Постановка цели и задач на учебный год; обсуждение репертуарного плана. Проведение инструктажа

#### **2.Элементы классического танца.**

*Теория:* Изученные движения на первом году обучения повторяются в более ускоренном темпе

*Практика:* постановка корпуса, позиции ног и рук, Demi plie, Grand plie; Battement tendu (по I поз., V поз.); Rond de jambe par terre (по

точкам); Releve ( по I, II, V поз.);Port de bras ( I); Sotte ( по VI поз.) - Grand battmant; Adagio; Passe.

### **3.Элементы народного танца.**

*Теория:* особенности народных движений; характерные положения рук и ног.

*Практика:* шаг с притопом, «гармошка», «ковырялочка», переменный шаг, подскоки.

### **4.Постановочная деятельность.**

*Практика :* Постановка танцевальных композиций.

### **5.Воспитательная деятельность.**

*Теория:* Подготовка и проведение познавательных и развлекательных мероприятий на уровне группы, коллектива, детского клуба и учреждения; посещение конкурсов и концертов.

### **6.Концертная деятельность.**

*Практика:* Проведение традиционного отчетного концерта коллектива в конце учебного года; участие в концертах, конкурсах, фестивалях и других мероприятиях районного, городского и областного уровня.

### **7.Итоговое занятие.**

*Практика:* анализ деятельности группы за год (освоение программного материала; результаты участия в конкурсах, личностный рост воспитанников); перспективное планирование; поощрение и награждение лучших.

**Содержание программы 3-го года обучения(подробное описание смотреть в приложении)**

### **1.Вводное занятие.**

*Теория:* Постановка цели и задач на учебный год; обсуждение репертуарного плана. Проведение инструктажа

### **2.Элементы классического танца.**

*Теория:* изученные движения на втором году обучения повторяются в более ускоренном темпе.

*Практика:* Demi plie, Grand plie; Battement tendu ( по всем напр.);Rond de jambe par terre ( en dehors и en dedans); Releve ( по I, II, V поз.); Port de bras ( I, II,III ); Sotte ( поI, II, V, VI поз.) Grandbattmant; Adagio; Passe.

### **3.Элементы народного танца.**

*Теория:* знакомство с танцами народов мира.

*Практика:* экзерсис у станка и на середине разных народов мира

### **4.Элементы современного танца.**

*Теория:* История появления и значение джаз-модерн танца; понятие о средствах выразительности: пластика, образ, характер; особенности исполнения джаз-модерн танца

*Практика:* Движения на координацию; прыжки; перестроение из одного рисунка в другой; движения по кругу, танцевальные движения в образах.

### **5.Постановочная деятельность.**

*Практика :* Постановка танцевальных композиций.

### **6.Воспитательная деятельность.**

*Теория:* Подготовка и проведение познавательных и развлекательных мероприятий на уровне группы, коллектива, детского клуба и учреждения; посещение конкурсов и концертов.

### **7.Концертная деятельность.**

*Практика:* Проведение традиционного отчетного концерта коллектива в конце учебного года; участие в концертах, конкурсах, фестивалях и других мероприятиях районного, городского и областного уровня.

#### 4. Методическое обеспечение

##### **Материально-техническое обеспечение.**

Основной задачей является качественное обучение учащихся, которое зависит не только от профессионального преподавательского состава, правильно и систематически выстроенного учебного процесса, но и от необходимых условий для проведения учебных и репетиционных занятий:

- Наличие большого зала.
- Оборудование зала: зеркала, станки, коврики для партерной гимнастики, раздевалка, комната для преподавателей
- Техническое оснащение: магнитофон, музыкальный аудио-центр, колонки, DVD-проигрыватель.

##### **Информационное обеспечение.**

**Кадровое обеспечение** – педагог дополнительного образования, имеющий хореографическое образование.

**Реализация данной программы базируется на следующие принципы:**

- **принцип дидактики** (построение учебного процесса от простого к сложному).
- **принцип актуальности** (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения).
- **принцип системности** (подразумевает систематическое проведение занятий).
- **принцип творческой мотивации** - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников.

Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

##### **Педагогические требования:**

- Подготовка документации (планов занятий);
- Занятия должны проводиться по расписанию, утвержденному администрацией;
- Перед началом занятий с детьми проводится инструктаж по технике безопасности;
- Занятия должны отвечать педагогическим правилам и принципам обучения, должны проводиться методически грамотно, используя разнообразные методы и приемы обучения;
- На занятиях необходимо вести индивидуальную работу с дошкольниками, учитывая возрастные, психологические особенности детей, правильно планируя физическую нагрузку;
- На занятиях должны решаться образовательные, развивающие и воспитательные задачи;
- Наличие удобной формы для занятий и у преподавателя и у детей;
- Волосы на голове собраны в пучок;
- На теле ребенка не должно быть никаких украшений;
- Во время занятия нельзя шуметь, отвлекаться самому и отвлекать других посторонними разговорами и другими, не относящимися к занятию, делами;

### **Гигиенические требования:**

- Во время занятий музыкальный зал должен быть чистым;
- Помещение проветрено;
- Относительная влажность и скорость воздуха должны составлять: в теплый период года – относительная влажность 60-30% , скорость движения воздуха – 0,2-0,3 м/сек; в холодный и переходный период года – влажность 30-45%, скорость движения не более 0,2 м/сек;
- Учебное помещение должно иметь естественное освещение в соответствии гигиеническим требованиям к естественному, искусственному, смешенному освещений жилых и общественных зданий;

### **Оценочные материалы**

В соответствии с Положением о системе оценок, форм, порядке и периодичности промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, система оценки результатов проводится: текущий контроль успеваемости, промежуточная диагностика обучающихся (декабрь, апрель) и итоговая диагностика по окончанию полного курса обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Путь к танцу» (апрель-май).

- Для контроля и оценки результатов освоения обучающимися дополнительной образовательной программы, а также – своевременной корректировки результатов
- образовательного процесса осуществляется текущий контроль успеваемости обучающихся.
- Промежуточная и итоговая аттестация проводится с использованием оценочных материалов, разработанных для данной программы.
- Формы подведения итогов реализации программы указаны в п.1.9.

### **Список используемой литературы нормативные документы**

1. Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ « Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепции развития дополнительного образования детей(утверждена Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. №1726-р).
3. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно–эпидемиологические требования к устройству,содержани. И организации режима работы образовательных организация дополнительного образованиядетей» (утверждены Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41).
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

### **Список рекомендуемой литературы для учащихся:**

1. Бочкарева Н. И. «Развитие творческих способностей для детей за занятиях хореографии» /2011.
2. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика»/С. – Петербург, 2014.
3. Пасютинская В.М. «Волшебный мир танца: Кн. для учащихся»/2010.

### **Список рекомендуемой литературы для родителей:**

1. Богаткова Л.Н. «Танцы для детей»/Москва,2011г.

- Богаткова Л.Н. «Танцы разных народов»/Москва, 2010.

**Список используемой литературы для педагога:**

- Барышникова Т. «Азбука Хореографии»/ Москва,2010 г.
- Бекина Т.Д. и др.«Музыка и движение»/Москва, Просвещение, 2014 г.
- Богаткова Л.Н. «Танцы для детей»/Москва,2011г.
- Богаткова Л.Н. «Танцы разных народов»/Москва, 2010.
- Бондаренко Л. «Методика хореографической работы в школе»/Киев,2014
- Васильева М.А., Гербов В.В., Комаровой Т.С.Программа воспитания и обучения/.-2-е изд. испр. и доп.-Москва:Мозайка-синтез, 2014, с. 3-13, 123-129, 153-162,163-166, 192-202.
- Матяшина А.А. Образовательная программа «Путешествие в страну Хореографии»/В кн.:Фольклор. Музыка. Театр-театр: Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования.
- Пряхина О.В. Программа «Пластика движений» /В. сб.: Программа для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2.-2-е изд.-М.:ГОУ ЦРСДОД, 2013, с. 71-73.
- Смирнова М.В. «Классический танец. Методическая разработка для учащихся КПУ и хореографической ориентации»/ Москва,2014.
- Ткаченко Т.С. «Работа с танцевальным коллективом»/.Москва,2011. С.24 – 27.

**Интернет-ресурсы**

- <http://www.fizkultura-vsem.ru>
- <http://www.rambler.ru/>
- [www.google.ru](http://www.google.ru)
- [www.plie.ru](http://www.plie.ru)

**Приложение**

*Приложение 1*

**Матрица образовательной программы.**

УРОВНИ	КРИТЕРИИ	ФОРМЫ И МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ	ФОРМЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ	ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	МЕТОДИЧЕСКАЯ КОПИЛКА ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫХ ЗАДАНИЙ
<b>СТАРТОВЫЙ</b>	<b>Предметные компетенции и качества:</b> Расслабленное и не подтянутое положение корпуса. Минимальный прогиб в спине. Не точное воспроизведение ритмического рисунка, и исполнение танца не в музыку. Путается в позициях ног, и	<b>Предметные компетенции и качества:</b> Участие в концертах. Включённое педагогическое наблюдение и коллективный анализ. Ведение диагностических карт индивидуального развития воспитанника. Открытая	<b>Формы организации занятия:</b> Комплексное групповое занятие. Творческие игры. Репетиция. Концерт, открытый урок. Участие в конкурсах, фестивалях. <b>Методы и формы обучения:</b>	Может воспроизвести легкий ритмический рисунок. Старается держать правильное положение корпуса. Способен физически и психически концентрироваться, использует пластику тела при исполнении движений.	Творческие задания образовательной программы могут выполняться самостоятельно или с помощью. Одно и то же задание может быть выполнено в нескольких уровнях – репродуктивном (дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности) и творческом. Дифференцированные упражнения (танцевальные

	<p>положениях рук. Невозможность выполнения упражнений без помощи педагога. Слабая концентрация внимания и память. Низкая четкость исполнения движений, элементов. Слабая ориентация в пространстве танцевального зала. При помощи педагога выполняет акробатические, гимнастические элементы.</p> <p><b>Личностные качества:</b> Личные качества, творческие способности ниже возрастных, социальных, индивидуальных норм.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b> Эпизодически может слушать, слышать, понимать окружающих. Навыки культуры взаимоотношений не сформированы. Минимальное проявление самостоятельности</p>	<p>промежуточная и итоговая аттестация.</p> <p><b>Личностные качества:</b> Включённое педагогическое наблюдение. Открытая промежуточная и итоговая аттестация.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b> Коллективные творческие дела. Включённое педагогическое наблюдение для выявления сформированных качеств воспитанников в: самостоятельности, любознательности, трудолюбия, активности.</p> <p>Открытая промежуточная и итоговая аттестация.</p>	<p>Словесные методы: беседа, обсуждение, рассказ. Наглядно-иллюстративные: показ педагогом, показ видеоматериалов, иллюстраций. Практические методы: упражнения (комбинации), тренировки, танцевальные и коммуникативные игры. Рефлексия деятельности. Метод аналогий. Игровой метод.</p>	<p>Средний объем памяти. Начинает ориентироваться в пространстве танцевального зала. Знает основные термины движений. Переход к базовому уровню.</p> <p><b>Личностные качества:</b> Личные качества, творческие способности соответствуют возрастным, социальным, индивидуальным нормам.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b> Умение передать образ в танце. Умение устанавливать, поддерживать и сохранять контакты, работать в коллективе.</p>	<p>комбинации), тренировки, игры-танцы, т.д. Танцевальная постановка может быть реализована с детьми разного уровня подготовки, включая детей стартового уровня</p>
--	---	---	---	---	---

	ти на занятиях.				
<b>БАЗОВЫЙ</b>	<p>Умеет концентрировать внимание, умеет работать в паре и индивидуально. Делает минимальные ошибки при показе упражнений. Имеет достаточный толчок от пола при выполнении прыжков на месте. Следит за положением корпуса. Имеет достаточную выносливость для исполнения движений классического экзерсиса. Знает и может продемонстрировать позиции рук и ног. Знает «точки» танцевального зала. Движения исполняет правильно, и в нужном темпоритме. Знает и выполняет все упражнения самостоятельно. Сложные акробатические элементы выполняет с помощью педагога.</p> <p><b>Личностные качества:</b> Личные качества, творческие способности соответствуют</p>	<p>Участие в концертах, фестивалях, конкурсах. Беседа. Включённое педагогическое наблюдение, рефлексия и коллективный анализ. Открытая промежуточная и итоговая аттестация.</p> <p><b>Личностные качества:</b> Включённое педагогическое наблюдение. Открытая промежуточная и итоговая аттестация.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b> Коллективные творческие дела. Участие в мероприятиях, фестивалях и конкурсах разного уровня. Беседа. Включённое педагогическое наблюдение, за проявлениями самостоятельности, любознательности, трудолюбия, активности, совершенствования своих</p>	<p>Комплексное групповое занятие. Репетиция. Показ танцевальных номеров, участие в фестивалях, конкурсах. Творческие игры. Ансамблевая форма.</p> <p><b>Методы и формы обучения:</b> Словесные методы: беседа, обсуждение: рассказ, дискуссия. Наглядно-иллюстративные: показ педагогом, показ видеоматериалов, иллюстраций. Практические методы: упражнения (комбинации движений), тренировки. Проблемные методы: задания на импровизацию, выполнение творческих заданий. Метод аналогий. Игровой метод</p>	<p>Использует знания и умения при исполнении танцевальных постановок. Уверенно чувствует и ведет себя на сцене. Способен высказывать и предлагать свои интересные идеи для постановки танца. Способен физически и психически концентрироваться и расслабляться. Способен передавать характер и эмоции в танце. Большой объём памяти (легко запоминает и держит в памяти лексический хореографический текст). Имеет правильную постановку корпуса, следит за положением корпуса на протяжении всего времени исполнения упражнения, комбинации, танца. Переход к продвинутому уровню.</p> <p><b>Личностные качества:</b> Личные качества, творческие способности соответствуют или выше возрастных,</p>	<p>Творческие задания образовательной программы могут выполняться самостоятельно или с помощью «извне»: Дифференцированные упражнения (минитанцы, экзерсис у станка, комбинации), тренировки, коммуникативные игры, игры-танцы, т.д. Хореографическая постановка может быть реализована с детьми разного уровня подготовки, включая детей <b>базового уровня</b></p> <p><b>Реализация проекта:</b> ансамблевая постановка</p>

	<p>возрастным, социальным, индивидуальным нормам.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b></p> <p>Умеет слышать и понимает, что от него хотят.</p> <p>Умеет установить контакт с участниками коллектива, работать в коллективе.</p>	<p>навыков.</p>		<p>социальных, индивидуальных норм.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b></p> <p>Навыки культуры взаимоотношений.</p> <p>Трудится с желанием, проявляет самостоятельность, инициативу на учебных занятиях.</p> <p>Интересуется новым, неизвестным в окружающем мире. Задаёт вопросы педагогу, любит экспериментировать и осваивать новые элементы.</p> <p>Принимает заинтересованное участие в образовательном процессе.</p> <p>Тактичный в обращении с людьми, вежливый</p>	
<p><b>ПРОДВИНУТЫЙ</b></p>	<p>Имеет широкий танцевальный шаг. Имеет правильную постановку корпуса, и следит за положением тела при исполнении упражнений, танца.</p> <p>Большой объём памяти (легко</p>	<p>Педагогическое наблюдение, беседа.</p> <p>Практическая работа, анализ практических работ.</p> <p>Участие в фестивалях, конкурсах.</p> <p><b>Личностные качества:</b></p> <p>Включённое педагогическое</p>	<p>Комплексное групповое занятие</p> <p>Индивидуальное-групповое занятие</p> <p>Репетиция</p> <p>Ансамблевая форма.</p> <p>Творческие игры.</p> <p>Импровизация.</p> <p>Открытые</p>	<p>Теоретические и практические знания, умения и навыки соответствуют требованиям программы.</p> <p>Воспитанники владеют навыками публичных выступлений.</p> <p>Умеет передать эмоционально и</p>	<p>Ансамблевая постановка краткосрочная (4-6 занятий);</p> <p>долгосрочная (в течение полугодия</p>

	<p>запоминает и держит в памяти хореографический текст). Знает позиции рук, ног, и правильно их исполняет. Имеет полную выворотность при исполнении элементов классического танца у станка. Имеет высокий прыжок, и хорошее отталкивание от пола с места и с продвижением. Способен самостоятельно просчитать музыку. Способен самостоятельно составить мини-комбинацию. Знает танцевальные термины и их значение – demiplie, battement tendu, battement tendu jeté, sauté.</p> <p><b>Личностные качества:</b> Личные качества, творческие способности соответствуют или выше возрастных, социальных, индивидуальных норм.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b> Навыки культуры</p>	<p>е наблюдение. Публичная промежуточная и итоговая аттестация. Коллективное посещение танцевальных форумов, мероприятий.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b> Коллективные творческие дела. Участие в мероприятиях, фестивалях и конкурсах разного уровня. Беседа. Включённое педагогическое наблюдение, за проявлениями самостоятельности, любознательности, трудолюбия, активности, совершенствования своих навыков. Включённое педагогическое наблюдение для выявления трудолюбия, за проявлениями самостоятельности, любознательности, активности.</p>	<p>уроки, участие в фестивалях, конкурсах. Посещение профессиональных учебных заведений.</p> <p><b>Методы и формы обучения:</b> Словесные методы: беседа, обсуждение: дискуссия. Наглядно-иллюстративные: показ педагогом, показ видеоматериалов, иллюстраций. Практические методы: упражнения, тренаж. Проблемные методы: импровизация, выполнение творческих заданий, Аналитические (самоанализ, проведение анализа выступлений).</p>	<p>пластически идею замысла танцевальной постановки. Технично исполняет элементы танца, комбинаций. Умеет слышать, слушать, понимать, работать в коллективе. Знает термины и их значение, правильность исполнения движений. Имеет хорошо развитую мышечную память. Все выполняет четко, уверенно. Проявляется самостоятельность, трудолюбие, работа над собой. Имеет устойчивый познавательный интерес к хореографическому искусству.</p> <p><b>Личностные качества:</b> Сформирована мотивация к саморазвитию, эмоциональность. Развито творческое воображение и фантазия.</p> <p><b>Метапредметные компетенции, интегративные качества:</b> Навыки культуры взаимоотношений. На занятиях работает с желанием, проявляет</p>	
--	--	--	---	---	--

	<p>взаимоотношений. Трудится с желанием, проявляет самостоятельность, инициативу на учебных занятиях. Интересуется новым. Любит экспериментировать, совершенствовать танцевальные навыки. Способен самостоятельно действовать. Умение концентрироваться, целеустремленность, чувство личной ответственности за свои дела и поступки</p>			<p>самостоятельность и инициативу на учебных занятиях. В коллективе ведет себя тактично, вежливо</p>	
--	---	--	--	--	--

*Приложение 2*

**Индивидуальная карта учащегося  
(заполняется педагогом)**

ФИО: \_\_\_\_\_

Возраст: \_\_\_\_\_

Год обучения: \_\_\_\_\_

Входная диагностика.

Занимался ли танцами ранее?

1. Да. Нет.

Какими танцами занимался? \_\_\_\_\_

Сколько времени занимался? _____	Зачет/незачет	Техника исполнения танцевальных элементов (1-5 баллов)	Артистизм (1-5 баллов)	Примечания
--	---------------	--	---------------------------	------------

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Аттестация

**Промежуточная:** участие в номере для новогоднего мероприятия.

**Итоговая:** участие в отчетном концерте.

Дополнительные достижения (выступления на др. мероприятиях, концертах, конкурсах)

### Приложение 3

#### Анкета для родителей

Уважаемый родитель!

Просим Вас ответить на вопросы анкеты, ваше мнение очень важно для результативной работы коллектива и педагогического коллектива. Данные проведенного анкетирования обязательно будут учитываться в процессе разработки образовательных программ и программы развития учреждения.

**ФИО** \_\_\_\_\_

Информация о ребенке:

1. Возраст вашего ребенка \_\_\_\_\_
2. Сколько занимается в хореографическом ансамбле \_\_\_\_\_

1. Занимался ли раньше Ваш ребенок танцами? Если да, то где и сколько? \_\_\_\_\_

2. Какие цели Вы видите в занятиях хореографией

- а) Провести свободное время с пользой
- б) Научиться общаться со сверстниками, младшими, старшими по возрасту
- в) Преодолеть застенчивость
- г) Развить индивидуальность, неповторимость
- д) Развить проявившиеся таланты
- е) Побеждать в конкурсах, соревнованиях
- ё) Научиться красиво двигаться
- ж) Научиться работать в группе, коллективе
- з) Общаться с интересным человеком – педагогом
- и) Улучшить осанку

Свой вариант \_\_\_\_\_

3. Нравится ли Вашему ребенку посещать занятия хореографии? \_\_\_\_\_

4. Что нравится Вашему ребенку в занятиях? \_\_\_\_\_

5. Показывает или рассказывает Вам ребенок, чем он занимался на уроке? \_\_\_\_\_

6. Чего Вы ждете от посещения Вашим ребенком занятий хореографии?

- а) Развитие умений и навыков в данном виде творчества
- б) Выбор будущей профессии
- в) Общение со сверстниками
- г) Развитие способностей ребенка
- д) Развитие памяти и мышления

Свой вариант \_\_\_\_\_

7. По вашему мнению, чему больше всего нужно уделять внимание, на уроках хореографии?

- а) Больше танцевальных постановок

б) Растяжке, упражнениям на гибкость и пластичность

в) Физической подготовке

Свой вариант \_\_\_\_\_

8. Назовите причины, определившие выбор учреждения дополнительного образования для Вашего ребенка?

а) Посоветовали знакомые

б) Искали определенный вид деятельности

в) Учитывали пожелание ребенка

Свой вариант \_\_\_\_\_

9. Жалуется ли Ваш ребенок на недомогание и плохое самочувствие во время и после занятий по хореографии? \_\_\_\_\_

10. Важно ли для Вас участие Вашего ребенка в мероприятиях, фестивалях, конкурсах?

а) Да, участие в конкурсах и выступлениях обязательно

б) Нет, конкурсы не главное

Свой вариант \_\_\_\_\_

Спасибо!

## **Приложение 4**

### **Экспресс-мониторинг степени освоения детьми 7-16 лет основ хореографического искусства**

Цель мониторинга хореографического развития детей:

- подтверждение эффективности педагогических воздействий с учётом современных требований организации хореографического воспитания.
- внутренняя и внешняя коррекция хореографической деятельности детей, её содержания и отношения к ней дошкольников.

В конце каждого периода обучения (учебного года), на протяжении контрольно-учетных занятий проводится мониторинг степени освоения детьми основ хореографии по следующим показателям:

- Чувство ритма.
- Координация движений (средний возраст),
- Музыкально - ритмическая координация (старший возраст).
- Артистичность.
- Двигательная память.
- Импровизация.
- Выразительность движений.
- Физические данные.

### **Содержание мониторинга степени освоения детьми 7 - 9 лет основ хореографического искусства**

#### **1. Чувство ритма**

**Задание:**

- А. Пройти под музыку (марш 2/4)
- Б. Прохлопать простейший ритмический рисунок (2/4)

**Критерии:**

*Продвинутый уровень:* ребёнок четко марширует под музыку, точно повторяет режим хлопков, быстро запоминает ритмический рисунок.

*Базовый:* Допускает 1 - 2 незначительные ошибки, ритм воспроизводит не точно.

*Стартовый:* не включается в ритм марша, не может повторить ритм хлопков.

#### **2. Координация движений**

**Задание:**

- А. Движение по показу: ножницы (движение по вертикали и горизонтали руками).
- Б. Игра «Светофор» (красный - руки вверх, желтый - в сторону, зеленый - присели.)

### **Критерии:**

*Продвинутый уровень:* свободно и легко двигается, точно соблюдая правила игры.

*Базовый уровень:* затрудняется двигаться, качество движений снижается, двигается неуверенно, иногда нарушает правила игры.

*Стартовый уровень:* не согласует свои движения, не соблюдает правила игры.

### **3. Артистичность**

Задание: Игра «Оживи картинку» (нужно изобразить, как двигается сказочный герой, животное, птица предложенной картинки).

Критерии:

*Продвинутый уровень:* ребенок с удовольствием включается в игру, точно и ярко передает игровой образ, образно-игровые движения выразительны, естественны, согласуются с изменением характера музыки.

*Базовый уровень:* Ребенок включается в игру, но недостаточно ярко и эмоционально передает игровой образ, движения не всегда согласуются с характером музыки.

*Стартовый уровень:* Ребенок не хочет учувствовать в предложенной игре; если участвует, то не может передать образ, движения не выразительны, не эмоциональны и не соответствуют характеру музыки.

### **4. Двигательная память**

Учимся запомнить танцевальное движение.

Критерии.

*Продвинутый уровень:* интерес и яркие эмоции во время движений под музыку, легко запоминает последовательность.

*Базовый уровень:* интерес к движениям под музыку проявляется недостаточно ярко, запоминает при нескольких повторах.

*Стартовый уровень:* не запоминает последовательность движений.

### **5. Физические данные:**

Выворотность ног - Упражнение «Лягушка».

Гибкость - Задание: наклоны туловища вперед, назад, вперед.

Подъем стопы – «Из положения сидя, достать носочком ноги до пола».

Прыжок в высоту - Предложить прыгнуть, как можно выше и легче

Оценка результатов:

Продвинутый уровень 18-21 баллов

Базовый уровень 17-11 баллов

Стартовый уровень менее 11 баллов.

## **Содержание мониторинга степени освоения детьми 9-10 лет основ хореографического искусства.**

### **1. Чувство ритма**

Задания:

А) Прохлопать ритмический рисунок без музыкального сопровождения.

Б) Прохлопать ритмический рисунок знакомой мелодии.

Критерии:

*Продвинутый уровень:* Ребенок самостоятельно повторяет ритмический рисунок после показа педагога.

*Базовый уровень:* Ребенок повторяет ритмический рисунок без ошибок, но совместно с педагогом.

*Стартовый уровень:* Ребенок затрудняется или не может повторить ритмический рисунок даже совместно с педагогом.

**2. Музыкально-ритмическая координация** — умение координировать(согласовывать) движения частей тела во времени и пространстве под музыку для «решения конкретной задачи.

*Задания:*

А) Пройти под ритмичную музыку (по выбору педагога) координируя при этом движения рук ног и головы.

Б) Пройти под музыку меняя движение со сменой характера музыкального произведения (от шага к бегу, от бега к подскоку).

В) Умение ориентироваться в пространстве сценической площадки, соблюдать интервалы. Критерии:

*Продвинутый уровень:* Самостоятельное исполнение.

*Базовый уровень:* С помощью педагога.

*Стартовый уровень:* Не справляется с заданием.

**3 Двигательная память** - одна из особенностей координации, зависящая от работы зрительного и вестибулярного аппарата и других органов.

*Задания:*

А) Повторить танцевальную комбинацию на основе знакомых движений.

Критерии:

*Продвинутый уровень:* Ребенок самостоятельно повторяет движение или комбинацию, после показа педагога.

*Базовый уровень:* Ребенок повторяет с подсказкой педагога.

*Стартовый уровень:* Ребенок не может запомнить движение и исполнить его, даже с подсказками педагога.

#### **4. Артистичность.**

*Задания:*

Игра изобразительного характера, связанная с передачей того или иного образа (животных, птиц, сказочных героев)

Критерии:

*Продвинутый уровень:* Ребенок с удовольствием, активно включается в игру, точно и ярко передает игровой образ.

*Базовый уровень:* Ребенок включается в игру, но недостаточно ярко передает игровой образ.

*Стартовый уровень:* Ребенок не хочет участвовать в предложенной игре, если участвует, то не может передать образ.

Оценка результатов:

Продвинутый уровень 18-21 баллов

Базовый уровень 17-11 баллов

Стартовый уровень менее 11 баллов.

### **Содержание мониторинга степени освоения детьми**

#### **11-16 лет основ хореографического искусства**

Диагностика проводится по следующим видам движений:

1. Ходьба разного характера.
2. Бег разного характера.
3. Прыжки, подскоки, галоп.
4. Танец (трехчастная форма).
5. Творческие задания:

а) связанные с образом (кошки- мышки);

б) связанные с настроением (обидели, плакса, весельчак);

**1. Чувство ритма** - способность ребенка воспринимать чередование звуковых, двигательных элементов.

*Продвинутый уровень-* точно воспроизводить в хлопках ритмический рисунок музыки, четко марширует под музыку, умеет ускорять и замедлять темп ходьбы.

*Базовый уровень*- не точно воспроизводит ритмический рисунок мелодии (в хлопках и притопах), Соответствие движений ритму музыки и его изменениям появляется при активной поддержке педагога. (движения в паре, по показу)

*Стартовый уровень*- не может воспроизвести в хлопках ритмический рисунок, допускает ошибки при совместном выполнении движений с педагогом, не в ритм марша.

**2. Музыкально – ритмическая координация** – согласованность движений рук и ног в одновременных, поочередных и разнонаправленных движениях во времени и пространстве под музыку.

*Продвинутый уровень*-быстро меняет движения с одного на другое, в другом рисунке, ракурсе, ориентируясь в пространстве сценической площадки.

*Базовый уровень* -затрудняется в исполнении поочередных движений ног, в переключении с однонаправленных на разнонаправленные движения, с одного темпа на другой. Слабо ориентируется в пространстве.

*Стартовый уровень* – затрудняется согласовывать свои движения с движениями других детей. Не ориентируется в пространстве.

**3. Двигательная память**-точное воспроизведение элементов движения под музыку.

*Продвинутый уровень* - ребенок умеет концентрировать внимание, сосредотачиваться на необходимых танцевальных элементах, свободно применяет движения, точно их воспроизводит

*Базовый уровень* - ребенок слабо концентрирует внимание на двигательных элементах, не развита мышечная память, затрудняется в точном воспроизведении движений.

*Стартовый уровень* - ребенок не владеет навыками концентрации внимания, мышечная память не развита.

**4. Выразительность движений**- способность ребенка проявить ярче, выразительные эмоции через движения.

*Продвинутый уровень*- проявляет интерес к движениям, точно передает эмоциональный образ музыкального настроения в движениях.

*Базовый уровень*- движения однотипны, не выразительны, проявляются с помощью активизации педагога.

*Стартовый уровень* - не проявляет интереса и эмоциональности образа. Пассивно реагирует на активизацию педагога.

**5. Импровизация** - умение ребенком создать художественный образ в момент исполнения без подготовки.

*Продвинутый уровень*- игровая ситуация увлекает ребенка, он способен свое настроение в двигательном творчестве.

*Базовый уровень* - ребенок затрудняется выразить характер исполнения движений. Проявляет творческие способности при активной поддержке педагога.

*Стартовый уровень* - у ребенка не развиты творческие способности, он не проявляет интереса к игровой ситуации.

Оценка результатов:

Продвинутый уровень 12-15 баллов

Базовый уровень 9-11 баллов

Стартовый уровень менее 9 баллов.

## Примерный рекомендуемый набор упражнений для 1 года обучения.

### Гимнастика

#### **1. Упражнения для стоп:**

1. Шаги: а) на всей стопе; б) на полупальцах.
2. Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции.
3. Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола (сокращенная I позиция), вытянуть стопы по I позиции.
4. Releve на полупальцах в VI позиции: а) у станка; б) на середине; в) с одновременным подъемом колена (лицом к станку).
5. Из положения - сидя на пятках, подняться на пальцы (подъем должен "вывалиться"), перейти на полупальцы, опустить пятки на пол. Все сделать в обратном порядке и вернуться в исходное положение.
6. Сидя на пятках, спина круглая, перейти в положение - сидя на подъем, руки опираются около стоп.
7. Лицом к станку: из I позиции поставить правую ногу на "полупальцы" (колени находится в выворотном положении), перевести ногу "на пальцы" и вернуть ногу в исходную позицию.

#### **2. Упражнения на выворотность:**

1. Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в I.
2. "Лягушка": а) сидя; б) лежа на спине; в) лежа на животе; г) сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса; д) «Лягушка» с наклоном вперед.
3. Сидя у стены: согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить носки стоп руками так, чтобы они сохраняли I позицию, и выпрямить ноги вперед.
4. Лежа на спине, подъем ног на 90° по I позиции с одновременным сокращением и вытягиванием стоп.

#### **3. Упражнения на гибкость вперед:**

1. "Складочка" по VI позиции с обхватом рук за стопы.
2. "Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются.
3. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах).

4. В глубокомпріе по II позиции, руки продеть с внутренней стороны голени и взяться за стопы, сохраняя положение рук, выпрямить колени с одновременным наклоном туловища.

5. Спина к станку: "кошечка", т.е. последовательный волнообразный прогиб из положения "стоя" в наклон вперед. Прогиб начинается с верхних звеньев позвоночника. Движение делается и в обратном порядке.

#### **4. Развитие гибкости назад:**

1. Лежа на животе, portdebras назад с опорой на предплечья, ладони вниз - поза «финкса».

2. Лежа на животе, portdebras на вытянутых руках.

3. "Колечко" с глубоким portdebras назад, одновременно ноги согнуть в коленях, носками коснуться головы.

4. "Корзиночка".

В положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик").

5. "Мост", стоя на коленях: в положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик").

6. Из положения "стоя" опуститься на "мостик" и вернуться в исходное положение.

#### **5. Силовые упражнения для мышц живота:**

1. Лежа на коврикe, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз:

2. "Уголок": а) из положения - сидя, колени подтянуть к груди

б) из положения - лежа.

3. Стойка на лопатках с поддержкой под спину.

4. Лежа на спине battementsrelevelent двух ног на 90°. Опустить ноги за голову до пола, развести в стороны и через rond собрать в 1 позицию.

#### **6. Силовые упражнения для мышц спины:**

1. Лежа на животе, подъем и опускание туловища (руки вперед или в сторону, ноги в выворотном положении).

2. Лежа на животе, подъем и опускание ног и нижней части туловища (ноги в выворотном положении, голова на руках):

3. "Самолет". Из положения - лежа на животе, одновременное подъем и опускание ног и туловища.

4. "Лодочка". Перекаты на животе вперед и обратно.

5. Отжимание от пола (упражнение для мальчиков за счет упражнения №4).

## 6. "Обезьянка".

Стоя по VI позиции, поднять руки вверх, наклониться вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение – упор, лежа на животе. Затем, движение проделать в обратном порядке до исходного положения.

7. Упражнение в парах: лежа на животе, подъем и опускание туловища (руки в III позиции). Партнер придерживает за колени.

8. Стоя в I позиции, поднять руки вверх, сделать глубокий наклон вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение "упор лежа". При этом стараться удерживать пятки в I позиции на полу. Сгибаясь в тазобедренных суставах, подтянуть ноги в I позиции, как можно ближе к рукам. Подняться в исходное положение.

## **7. Упражнения на развитие шага:**

1. Лежа на полу, battementsrelevelent на 90° по I позиции во всех направлениях.

2. Лежа на полу, grandbattementjete по I позиции во всех направлениях

3. Лежа на спине battementsrelevelent двух ног на 90° (в потолок), медленно развести ноги в стороны до шпагата, собрать ноги в I позицию вверх.

4. Шпагаты: прямой, на правую, на левую ноги.

5. Сидя на прямом "полушпагате", повернуть туловище вправо, и, с максимальным наклоном к правой ноге, взяться левой рукой за стопу. Правая рука отведена за спину.

6. Сидя на прямом "полушпагате", наклонить туловище боком вправо, и, с максимальным наклоном к правой ноге, взяться левой рукой за стопу. Правая рука на левом бедре:

7. Сидя в положении "лягушка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу вперед.

8. Сидя в положении "лягушка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу в сторону, правая рука на полу.

9. Сидя на полу с ногами по I позиции, развести ноги до прямого шпагата, лечь вперед и, разворачивая ноги в тазобедренных суставах, перевести их в "лягушку" на животе. Проделать все в обратном порядке.

10. Лежа на боку, battementdeveloppe правой ногой, с сокращенной стопой. Захватить ее: а) правой рукой, б) левой рукой.

11. Равновесие с захватом правой руки голеностопного сустава правой ноги:

а) вперед, б) в сторону, в) назад.

## **8. Прыжки:**

1. Temps sauté по VI и I позициям.

2. Подскоки на месте и с продвижением.

3. На месте перескоки с ноги на ногу.

4. "Пингвинчики". Прыжки по 1 позиции с сокращенными стопами.
5. Прыжки с поджатыми ногами.
6. Прыжки с продвижением в полушпагате с поочередной сменой ног.
7. "Козлик". Выполняется pasassemble, подбивной прыжок.
8. Прыжок в шпагат.
9. Подбивной прыжок в "кольцо" одной ногой.
10. Прыжок в "лягушку" со сменой ног.

### **Классический танец**

#### **Задачи первого года обучения.**

Постановка корпуса, ног, рук и головы. Изучение основных движений классического танца в чистом виде и в медленном темпе. Развитие элементарных навыков координации движений и музыкальности.

#### ***Экзерсис у станка***

1. Позиции ног – I, II, III, V.
2. Позиции рук – подготовительное положение; 1, 2, 3 позиции.
3. Demi-pliés по I, II и V позициям.
4. Grandpliés по I, II, и V позициям.
5. Battementstendusиз I позиции, после усвоения из V позиции:
  - в сторону, вперед, назад;
  - с demi-pliés в сторону, вперед, назад;
  - demi-pliésво II позицию без перехода и с переходом с опорной ноги;
  - с опусканием пятки во II позицию;
  - с passé par terre.
6. Plié-soutenus в сторону, вперед, назад.
7. Battementstendusjetésиз I и V позиций в сторону, вперед, назад.
8. Demi-rond de jambe и rond de jambe par terre en dehors и en dedans (вначале объясняется понятие en dehors и en dedans).
9. Положение surlecoude pied –спереди, сзади и обхватное.
10. Battementsfondus – в сторону, вперед и назад носком в пол.
11. Battementsfrappés – в сторону, вперед и назад носком в пол.
12. Battements retiressur le cou-de-pied
13. 1-е portdebras.
14. Battementsreleveslents на 45° и на 90° из I и V позиций в сторону, вперед и назад.
15. Grandsbattementsjetésиз I и V позиции в сторону, вперед и назад.
16. Перегибы корпуса назад, в сторону (лицом к станку)
17. Relevés на полупальцы в I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi – pliés.
18. Pasdebourrée с переменной ног (лицом к станку).

#### ***Середина зала***

1. Позиции ног – I, II, III, V
2. Позиции рук – подготовительное положение, 1, 2, 3.
3. Demi-pliés в I, II и V позициях en face.
4. Grandpliés в I и II позициях en face.

5. Battements tendus:
  - из I и V позиций во всех направлениях;
  - с demi-pliés во всех направлениях.
6. Plié-soutenus во всех направлениях.
7. Demi-rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
8. Relevés в I и II позициях на полупальцы:
  - с вытянутых ног;
  - с demi-pliés.
9. 1-е port de bras.
 

***Allegro***

Первоначально все прыжки изучаются лицом к станку.

  1. Tempssauté по I, II, и V позициям.
  2. Pas échappé во II позицию.
  3. Changement de pieds.
  4. Трамплинные прыжки.
  5. Pasbalance.

### **Народный танец**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Осваиваются простейшие элементы и движения народного танца у станка и на середине зала.
2. Вырабатываются первоначальные представления о характере исполнения изучаемых движений.
3. Вырабатываются элементарные навыки танцевальной координации движений:
  - постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине); понятие «противоход»;
  - позиции ног:
    - 5 свободных;
    - 5 прямых;
    - 2 закрытых;
  - позиции и положения рук:
    - подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса);
    - 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце);
    - 4 позиция (руки на талии).

Эти позиции рук характерны для всех национальностей.

#### **Движение у станка.**

Изучение движений у станка начинается лицом к палке; по мере усвоения материала – за одну руку.

1. Plie по I, II, V позициям, а также по I прямой позиции.
2. Battement tendu из V позиции «носок-каблук».
3. Battement tendu jeté pour le pied.

4. Подготовка к «веревочке» - скольжение работающей ноги по опорной.
5. Подготовка к «каблучному»:
  - маленькое «каблучное».
6. Flic- flas из V позиции во всех направлениях.
7. Перегибы корпуса в I прямой позиции на вытянутых ногах на всей стопе.
8. Relevelent на  $90^0$  с сокращением стопы.
9. Grandbattementjete, в соответствии с изучением на уроке классического танца.

### **Примерный рекомендуемый набор упражнений для 2 года обучения.**

#### **Классический танец**

Дальнейшее развитие координации движений у станка и на середине зала. Изучение поз: croisee, efface вперёд, назад; I, II, III arabesque носком в пол. Освоение поворотов головы и более сложных движений. Продолжение развития выразительности на середине зала: введение в упражнения portdebras. Первоначальное знакомство с техникой полуповоротов на двух ногах и движений на пальцах. Повторение ранее пройденных прыжков и изучение новых. Простейшее сочетание элементарных движений.

#### ***Экзерсис у станка***

1. Позиция ног – IV.
2. Demi-plies в IV позиции.
3. Grand -plies в IV позиции.
4. Battementstendus:
  - с demi-plie в IV позиции без перехода и с переходом с опорной ноги
  - double (двойное опускание пятки) во II позицию.
5. Battements tendusjetespiquesво всех направлениях.
6. Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi-plie.
7. Preparation дляrond de jambe par terre en dehors en dedans.
8. Battementsfondus на  $45^{\circ}$  во всех направлениях.
9. Battementsssoutenus во всех направлениях носком в пол;
10. Battementsfrappes на  $30^{\circ}$  во всех направлениях.
11. Battementsdoublesfrappes во всех направлениях носком в пол.
12. Rond de jambe en l' air en dehors en dedans.
13. Petits battements sur le cou-de-pied
14. Battementsdeveloppes:

- вперёд, в сторону, назад;
  - passé со всех направлений.
15. Grandsbattementsjetes pointes во всех направлениях

16. 3 –е portdebras.

17. Relevesна полупальцы в IV позиции.

### ***Середина зала***

1. Положение epaulement croisee et effacee.
2. Позы: croisee, effacee вперед и назад, I, II и III arabesques носком в пол.
3. Demi-plies в IV и V позициях en face и epaulement.
4. Grand-plies в I, II позициях en face, в V позиции en face и epaulement croisee.
5. 2-е port de bras.
6. Battements tendus:
  - в позах croisee, effacee;
  - с опусканием пятки во II позицию и с demi-plie во II позиции без перехода и с переходом с опорной ноги;
  - passe par terre;
  - с demi-plie в V позиции во всех направлениях и в позах.
7. Battements tendus jetes:
  - из I и V позиций во всех направлениях;
  - riques во всех направлениях.
8. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans .
9. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
10. Battements fondus во всех направлениях носком в пол и на 45 °
11. Battements soutenus во всех направлениях носком в пол
12. Battements frappes во всех направлениях носком в пол и на 30 °
13. Battements releves lents на 90 ° во всех направлениях
14. Grands battements jetes на 90 ° во всех направлениях
15. Pas de bourree с переменной ног en face и окончанием в epaulement
16. Releves на полупальцы в IV позиции с вытянутых ног и с demi-plie
17. Temps lie par terre вперед и назад.

### ***Allegro***

1. Pas assemble с открыванием ноги в сторону.
2. Sissonne simple en face и позах.
3. Sissonne ferme в сторону.
4. Petit pas chasse во всех направлениях en face и в позах.
5. Pas balance в позах .

## **Народный танец.**

### **Основные задачи и навыки:**

1. Изучаются все движения у станка.
2. Развитие элементарных навыков танцевальной координации движений.
3. Все движения и комбинации движений начинаются с открывания рук (I-II позиции, т.е. preparation). Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной). Постепенно соединяются движения ног с переводом рук.

4. Разучиваются несложные танцевальные связки или этюды (1-2) из 2-3-х ранее пройденных движений (формирование навыков партнерства).

#### **Движения у станка**

1. Plie – с переходом из позиции в позицию через поворот стоп.
2. Battementstendu – «носок - каблук» с окончанием в plie (каблук).
3. Battements tendujete pour-le-pied всочетаниииспритопами.
4. Подготовка к «веревочке» - разворот бедра в закрытое - открытое положение.
5. «Каблучное» - маленькое с 2-м ударом.
6. Опускание на колено – у каблука опорной ноги (с поворотом к палке).
7. Rond de jambe par terre – подготовка (rond de pied).
8. Battementfondu на всей стопе на 45<sup>0</sup> в сторону.
9. Перегибы корпуса – в I прямой позиции на вытянутых ногах на полупальцах.
10. Pastortille – из положения pointe в сторону.
11. Flic-flac – из V позиции в V позицию во всех направлениях с ударом подушечкой стопы и сокращенной стопой на sou-de-pied.
12. Relevelent и battementderellope – с сокращением стопы с окончанием в demi-plie на каблук.
13. Grandbattementjete – во всех направлениях из V позиции с окончанием в demi-plie на каблук.

#### **Примерный рекомендуемый набор упражнений для 3 года обучения.**

##### **Классический танец**

Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации: усложнение техники исполнения ранее пройденных движений, изучение новых более сложных движений, расширение их комбинирования в упражнениях, исполнение отдельных движений на полупальцах (у станка). Развитие выразительности: ввод в тренировочные упражнения 3-его portdebras у станка и на середине зала, использование epaulement и поз на середине зала.

Изучение прыжков с окончанием на одну ногу.

#### **Экзерсис у станка**

1. Большие и маленькие позы: croisee, effacee, ecartee вперед и назад, II arabesque носком в пол (по мере усвоения позы вводятся в различные упражнения).
2. Battementstendus в маленьких и больших позах.
3. Battementstendusjetes:
  - в маленьких и больших позах;
  - balancoire en face.
4. Demi-ronddejambeirond de jambена 45<sup>0</sup>навсейстопе en dehorsи en dedans.
5. Battements fondus:
  - на полупальцах ;
  - с plie-releve.
6. Battementssoutenus с подъёмом на полупальцы на 45<sup>0</sup> во всех направлениях.
7. Battementsdoublesfrappes на 30<sup>0</sup> во всех направлениях.

8. Flic вперед и назад на всей стопе.
9. Petit temps releves en dehors и en dedans на всей стопе.
10. Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах.
11. Pastombe на месте, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
12. Pas coupe на всей стопе и на полупальцы.
13. Battements releves lents и battements developpes на 90°:
  - в позах на croisee, effacee;
  - battements developpes passé.
14. Grands battements jetés:
  - в больших позах;
  - pointee en face.
15. Releves на полупальцы с работающей ногой в положение sur le cou-de-pied.
16. 1-е и 3-е port de bras с ногой вытянутой на носок вперед, назад и в сторону.
17. Поворот fouette en dehors и en dedans на ¼ и ½ круга с носком на полу, на вытянутой ноге и на demi-plie.
18. Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах начиная с вытянутых ног и с demi-plie
19. Soutenu tournant en dehors и en dedans по 1/2 поворота, начиная из положения носком в пол.

### ***Середина зала***

1. Большие и маленькие позы: croisee, effacee, ecartee; I, II и III arabesques (по мере усвоения позы вводятся в различные упражнения).
2. Grands plies в IV позиции в позах croisee и effacee.
3. Battement tendus в больших и маленьких позах:
  - с demi-plie в IV позиции без перехода с опорной ноги и с переходом;
  - double (с двойным опусканием пятки во II позицию).
4. Battement tendus jetés:
  - в маленьких и больших позах
  - balancoire en face
5. Round de jambe par terre en dehors и en dedans на demi-plie.
6. Demi-rond de jambe на 45° en dehors и en dedans.
7. Battements fondus в маленьких позах на 45° и plie-releve en face.
8. Battements doubles frappes носком в пол en face.
9. Petit battements sur le cou-de-pied.
10. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.

11. Battements releveslentsвпозахcroiseeiefacee, I и III arabesques.

12. Battements developpes en faceво всехнаправлениях.

13. Grandsbattementsjetes;

- в больших позах;
- pointes en face.

14. Tempslieparterre с перегибом корпуса.

15. Pasdebourreeбез перемены ног с продвижением из стороны в сторону носком в пол и на 45°.

16. Soutenuentournantendehors и endedans на 1/2поворота, начиная из положения носком в пол и на 45°

### *Allegro*

1. Temps saute по IV позиции.
2. Grand changement de pieds.
3. Petit changement de pieds.
4. Pasechappe на IV позицию.
5. Pasassemble с открыванием ноги вперёд и назад enface и в маленьких позах.
6. Pasjete с открыванием ноги в сторону.
7. Sissonnefermeeenface во всех направлениях.
8. Pasdechat.
9. Pasglissade в сторону.
10. Pas emboitevперёдиназад sur le cou-de-pied.
11. Temps leveв I arabesque ( сценическийsissonne)

### **Народный танец.**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях.
2. Усложняется координация рук, ног. Активно включается работа корпуса. Темпы движений остаются умеренными.
3. Движения объединяются в композиционно развёрнутые этюды.
4. Формируются навыки выразительного исполнения движений.
5. Изучается 5-я позиция рук (руки скрещены перед грудью. У девочек левая рука сверху) и 6-я позиция рук (под затылок).

#### **Движение у станка**

1. Plie - добавляется резкое demi-plie.
2. Battementtendu:
  - с работой опорной пятки;
  - «веер» по точкам.
3. Battementtendujete - с работой опорной пятки.
4. Подготовка к «веревочке» - разнообразные сочетания переноса ноги и поворотов бедра.вносится ритмическое разнообразие в движения.
5. «Каблучное» - маленькое во всех направлениях:

- double;

- cdemi-rond;

- большое каблучное.

6. «Качалочка».

7. Rond de jambe par terre:

- с выведением на носок и каблук.

8. Battementfondu:

- вперед-назадс demi rond.

9. Перегибы корпуса:

- лицом к станку с plie на полупальцах;

- одной рукой за палку в I прямой позиции (полупальцы).

10. «Штопор».

11. Flic-flac:

- с подскоком на опорной ноге;

- с переходом на рабочую ногу.

12. Battementdeveloppe на demi-plie с последующим одинарным ударом опорной пятки.

13. Grandbattementjetes «ножницами» с окончанием на plie на каблук.