

Управление образования администрации Копейского городского округа  
Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Дворец творчества детей и молодежи»  
Копейского городского округа

РАССМОТРЕНО  
на заседании Методического совета  
МУДО ДТДиМ Копейского  
городского округа  
Протокол № 1 от 15.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:  
приказом директора МУДО ДТДиМ  
Копейского городского округа  
Т.В.Сапожниковой  
№ 341 от 15.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«РАДУГА ТАЛАНТОВ»  
(МОДУЛЬНАЯ)**

**Модуль «Азбука хореографии» - 4 года**  
Модуль «Школа хореографии» -4 года

художественная направленность  
Возраст обучающихся 7-11 лет

Составитель:  
**Рубилова Наталья Сергеевна,  
Мухортова Марина Николаевна**  
*педагоги дополнительного образования*

Копейск  
2023

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Радуга талантов» осуществлялась в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 31.07.2020);

Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р);

Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступил в силу 01.03.2023);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая

детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Устав Муниципального учреждения дополнительного образования «Дворец творчества детей и молодежи» Копейского городского округа (Постановление администрации Копейского городского округа Челябинской области от 07.04.2020 №699-п);

Положение о порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Муниципальном учреждении дополнительного образования «Дворец творчества детей и молодежи» Копейского городского округа (утв. приказом директора МУДО ДТДиМ от 06.04.2023 №185).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по хореографии «Радуга талантов» имеет **художественной направленности**. Самостоятельное художественное творчество, получившее широкое развитие, стало неотъемлемой частью культурной жизни детей и взрослых. Человек научился выражать свой внутренний мир средствами различных искусств, в том числе в танце, движениях тела и мимике, основанных на ритмическом, а далее на музыкальном сопровождении.

Особенность танцевального искусства в том, что его природа многогранна. Она включает в себя элементы других искусств: музыки, живописи, скульптуры, литературы.

Танец – это музыкально - пластическое искусство. Как всякий вид искусства танец отражает окружающую жизнь в художественных образах. Обучение детей танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требует от педагога не только знаний соответствующей методики, но и предполагает наличие у него правильного представления о танце, как художественной деятельности, виде искусства. Занятия хореографией позволяют:

- восполнить дефицит движений,
- развивают у детей танцевальную культуру,
- способствуют развитию грации, осанки, красоты тела,
- учат красоте и выразительности,
- вырабатывают музыкальность,
- формируют грациозность,
- дают ребенку комфортность общения, чувство

сплоченности и сопереживания.

Танец восполняет функцию психической и соматической релаксации, восстанавливает жизненную энергию человека и его самоощущения как индивидуального человека – личности.

Благодаря танцам происходит активное общение сверстников, ведь именно танец раскрывает у детей непосредственность, искренность эмоционального порыва, что немаловажно при современном отчуждении людей друг от друга.

**Актуальность** данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы определяется, на анализе педагогического опыта, детского и родительского спроса в сфере хореографии. Развитие творческих и коммуникативных способностей, обучающихся на основе их собственной творческой деятельности. Такой подход, направленный на социализацию и активизацию собственных знаний, актуален в условиях необходимости осознания себя в качестве личности, способной к самореализации именно в весьма уязвимом подростковом возрасте, что повышает и самооценку обучающегося, и его оценку в глазах окружающих. Так же определение до профессиональной подготовки.

**Отличительной особенностью** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Радуга талантов» является многожанровость хореографических стилей как успешной адаптации обучающихся в полиэтнической среде. А также развитие самостоятельного творчества обучающихся посредством включения их в проектную деятельность.

**Новизна** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Радуга талантов» заключается в модульном построении, основана на комплексном наборе предметов, позволяющем выстраивать индивидуальный образовательный маршрут обучающегося. Долгосрочность программы позволяет решать вопросы профессионального самоопределения обучающихся.

#### **Адресат программы.**

Данная программа разделена на модули.

1 модуль «Азбука хореографии» предназначена для детей 7-11 лет,

2 модуль «Школа хореографии» 12-18 лет.

При приеме детей в группы проводятся собеседования с ними и их родителями. Основанием служит медицинская справка о состоянии здоровья и желание ребенка. Набор детей в коллектив свободный.

Наполняемость в группах составляет: до 20 человек. Уменьшение числа обучающихся до 12 человек в группах на третьем, четвертом и пятом годах обучения объясняется увеличением объема и сложности изучаемого материала.

Обучающиеся, имеющие достаточный уровень знаний, умений и навыков (музыкальность, артистичность, танцевальность), а также физические, пластические данные, имеют право на освоение программы «Радуга талантов» по индивидуальному образовательному маршруту.

#### **Объем программы, срок освоения программы**

**Объем программы «Азбука хореографии» 792ч** (программа рассчитана на 4 года обучения.)

1 год обучения: 144 часа в год,

2 год обучения: 216 часов в год.

3 год обучения: 216 часов в год.

4 год обучения: 216 часов в год.

**Объем программы «Азбука школа» 864 ч** (программа рассчитана на 4 года обучения)

1 год обучения: 216 часов в год,

2 год обучения: 216 часов в год.

3 год обучения: 216 часов в год.

4 год обучения :216 часов в год

	1 модуль «Азбука хореографии» 7-11 лет			2 модуль «Школа хореографии» 12-18 лет		
	Классический танец	Народный танец	Современный танец	Классический танец	Народный танец	Современный танец
1 г.о.	2 ч	1 ч	1 ч	2 ч	2 ч	2 ч
2 г.о.	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч
3 г.о.	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч
4 г.о.	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч	2 ч

**Форма обучения** – очная, очно-заочная с использованием дистанционных технологий

**Уровень программы 1 модуля «Азбука хореографии»** ознакомительный, базовый

**Уровень программы 2 модуля «Школа хореографии»** углублённый

Объём программы разработано в соответствии с требованиями к программам нового поколения, отражает разноуровневость и дифференцированность, пронизывает самые разнообразные образовательные области. Представив хореографию во всем ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

**Срок реализации двух модулей программы** составляет в общей сложности 8 лет и включает в себя 3 этапа.

1 модуль 2 этапа обучения

2 модуль 1 этап обучения

## ЭТАПЫ ОБУЧЕНИЯ

### 1 этап – «НАЧАЛО ТВОРЧЕСТВА» ознакомительный

7-8 лет

1 модуль (1 год обучения)

### 2 этап – «РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСТВА» базовый

9-11 лет

1 модуль (2,3, 4 обучения)

### 3 этап – «РАЗВИТИЕ МАСТЕРСТВА» углубленный

12-18 лет

2 модуль (1, 2, 3 ,4 год обучения)

Освоив все этапы обучения обучающийся приобретает полный комплекс знаний и умений хореографического искусства. Переходя с этапа на этап навыки накапливаются и совершенствуются по спирали.

## Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса предполагает создание для воспитанников такой среды, в которой они полнее раскрывают свой внутренний мир и чувствуют себя комфортно. Этому способствует комплекс методов, форм и средств образовательного процесса.

На занятиях предусматриваются следующие **формы организации учебной деятельности:**

- индивидуальная (воспитаннику дается самостоятельное задание с учетом его возможностей)
- фронтальная (работа со всеми одновременно, например, при объяснении нового материала или отработке определенных танцевальных движений и этюдов)
- групповая (разделение учащихся на группы для выполнения определенной работы)
- коллективное выступление (открытые занятия, концерты, фестивали, конкурсы)

В процессе всего обучения обучающийся проходит поэтапно все модули дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы .

На случай карантинных мер, обучающийся проходит обучение по дистанционному модулю.

На занятиях обучающиеся получают сведения по технике безопасности, необходимые для правильного поведения во время занятий.

## Режим занятий

Продолжительность одного академического часа 45 минут, перерыв между занятиями 15 минут

Для обучающихся 1 модуля «Азбука хореографии»

**1-го года обучения** занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа,

включая в себя классический танец 1 раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 1 часу

современный танец 1 раз по 1 часу

**2-го года обучения** – 3 раза в неделю по 2 академических часа.

включая в себя классический танец 1 раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

**3 года обучения** 3 раза в неделю по 2 академических часа

включая в себя классический танец 1 раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

**4 года обучения** 3 раза в неделю по 2 академических часа

включая в себя классический танец 1 раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

Для обучающихся 2 модуля «Школа хореографии»

**1-го года обучения** занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа,

включая в себя классический танец 1 раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

**2-го года обучения** – 3 раза в неделю по 2 академических часа.

включая в себя классический танец 1 раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

**3-го года обучения** 3 раза в неделю по 2 академических часа

включая в себя классический танец 1 раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

**4 года обучения** 3 раза в неделю по 2 академических часа

включая в себя классический танец 1 раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

Обучающиеся на протяжении всего учебного процесса знакомятся с хореографической азбукой, узнают позиции рук, ног, позы, правила, упражнения.

Любой вид танцевального искусства начинается с изучения классического танца. Классический танец представляет собой систему движений, которая призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным

и прекрасным, превращает его в чуткий инструмент. Поэтому в процессе обучения развиваются мускулатура ног, их выворотность, шаги и plie (приседание), координация движений. В результате тренировок, фигура приобретает подтянутость, вырабатывается правильная осанка, устойчивость.

В процессе обучения обучающиеся знакомятся с историей, бытом, национальной культурой народов, пониманием стиля и характера исполнения каждого танца. Развивается выразительность, умение эмоционально донести до зрителя особенности каждого движения, подчеркивая национальный характер танца, знакомятся с особенностями национального костюма и музыки.

Современная пластика (элементы аэробики, модерн, эстрада) – это совершенно другая система движений. Она учит владению группами мышц, которые остаются незадействованными при исполнении народно-сценических и классических танцев, и вырабатывает иную координацию движений. Занятия этими видами танцев удовлетворяют интерес ребенка к современной хореографии и жизни в целом, и дает возможность творческого самовыражения в среде сверстников.

Основным направлением учебно-познавательной работы является не только подготовка исполнителей отдельных танцев, обучение технике танца, но и развитие в каждом воспитаннике:

- Творческих способностей
- Умение оперировать «танцевальными пластическими» образами посредством погружения в специфику танцевального процесса
- Соответствие внутреннего и внешнего образа обучаемого в единении с развитием его нравственных устремлений.

С целью более глубокого изучения программного материала во 2 модуле, а также повышения интереса к занятиям и активизации работы, в процессе обучения предусмотрено проведение занятий по темам:

- «Основы актерского мастерства» (создание танцевального образа, слить воедино музыку и образ, исполнять композицию эмоционально и эффектно)
- «Танец и музыка» (учиться слушать и слышать музыку, подбор музыкального сопровождения, развитие чувства ритма)
- «Костюм-образ-танец» (подбор костюма к танцевальным образам)



## 1.2 Цель и задачи программы

**Цель программы** – формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии, оказание помощи в профессиональной ориентации, самореализации и адаптации к условиям социума.

### **Задачи программы:**

#### личностные:

- создать дружественную среду вокруг самоопределяющейся личности;
- активировать условия для общения;
- адаптировать к современной жизни на основе знаний, умений, навыков;
- воспитать общечеловеческие ценности;
- формировать потребность здорового образа жизни;
- воспитать патриотизм к родине

#### метапредметные:

- ориентировать детей их способность к самостоятельной и коллективной работе;
- побуждать мотивацию к творческой деятельности.
- совершенствовать индивидуальные способности детей;
- 

#### предметные:

- расширить основы танцевального искусства (хореографического мастерства);
- развивать ритмопластику танца;
- владеть приёмами актерского мастерства
- владеть особенностями разных танцевальных жанров ;

## 1.3 Планируемые результаты

- у обучающихся сформирован интерес к занятиям хореографии и стремление к самостоятельному творчеству;
- обучающиеся знают основы танцевального искусства , соблюдают правила хореографического мастерства
- обучающиеся знают элементы ритмопластики танца , особенности разных танцевальных жанров;
- обучающиеся умеют анализировать и исполнять несложные танцевальные этюды ;
- обучающиеся владеют основами актерского мастерства ;
- у обучающихся будут развиваться музыкальные способности: слух, память, чувство ритма, артистизм;
- обучающиеся демонстрируют на занятиях и в самостоятельной работе.

## 1.4 Содержание программы

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 модуль «Азбука хореографии»

#### Предмет Классический танец 1 год обучения (Первый этап)

##### Задачи 1 года обучения:

- Постановка корпуса, ног, рук и головы
- Дальнейшее развитие навыков координации движений.
- Воспитание интереса к классическому танцу - основе хореографического искусства.

№	Наименование раздела :темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	практика	
1	Основы классического танца .Изучение терминологии и техники исполнения экзерсиса у станка	36	2	34	Зачет
2	Элементы партерных хореографических упражнений .Экзерсис на середине класса .	18	-	18	Зачет
3	Прыжки и их виды	18	-	18	Зачет
Всего часов:		72	2	70	

##### Планируемые результаты:

к концу 1 года обучения обучающиеся должны:

- знать позиции рук и ног классического танца;
- иметь представление о характере, выразительности исполняемых движений;
- уметь различать характер и темп музыки.

## Предмет Народный танец 1 год обучения (Первый этап)

### Задачи 1 года обучения:

- Постановка корпуса, ног, рук и головы в народном танце
- Дальнейшее развитие навыков координации движений.
- Воспитание интереса к народному танцу

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		
			теория	Практика	Формы аттестации(контроля)
1	Введение в предмет. Понятие о темпе в народно сценическом танце.	2	2	-	Тестовое задание
2	Постановка корпуса, рук, позиций ног и головы. Изучение поклона.	7	-	7	Зачет
2	Экзерсис у станка	18	-	18	Зачет
3	Основные шаги и движения Русского народного танца	9	-	9	Творческая работа отчетный концерт участие в конкурсах
Всего часов:		36	2	34	

### Планируемые результаты:

к концу 1 года обучения обучающиеся должны:

- знать правила постановки рук, группировки пальцев в народном танце;
- знать подготовительные движения рук, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию;
- освоить простейшие элементы народного танца у станка и танцевальные элементы на середине зала;
- справляться с несложными танцевальными комбинациями;

## Предмет Современный танец 1 год обучения (Первый этап)

### Задачи 1 года обучения:

- Сформировать и развить музыкальный слух и память, пластической выразительности посредством упражнений, построенных на связи музыки и движений.
- Развить физический аппарата ребенка посредством упражнений в стретч-характере.

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	Практика	
1	Вводное занятие. Изучение параллельных позиций ног, основные положения корпуса	18	1	17	Зачет
2	Изучение движений изолированных центров, техника и координация их исполнения	18	-	18	Зачет
Всего часов:		36	1	35	

### Планируемые результаты:

к концу 1 года обучения обучающиеся должны:

- *Знать* основные требования современного танца, названия движений (английская терминология), их перевод и значение;
- *Владеть* постановкой корпуса, рук, ног, головы, элементарной координации движений, навыками музыкально-пластического интонирования;
- *Иметь* навыки исполнения танцевальных комбинаций и композиций, навыки коллективного исполнительства.

## 2 год обучения (Второй этап) Предмет Классический танец

### Задачи 2 года обучения:

- Повторение и закрепление пройденного материала
- Дальнейшее знакомство с дисциплиной «Классический танец»
- Постановка корпуса, ног, рук и головы на сложных, развивающих силу и выносливость упражнениях классического тренажа
- Дальнейшее развитие навыков координации движений
- Воспитание интереса к классическому танцу – основе хореографического искусства

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	Практика	
1	Экзерсис у станка	24	-	24	Зачет
2	Экзерсис на середине класса	24	-	24	Зачет
3	Методика и техника исполнения на середине класса, allegro	24	2	22	Зачет
Всего часов:		72	2	70	

### Планируемые результаты

обучающиеся 2 года обучения должны:

- Знать разницу между круговыми движениями и прямыми (Battementtendu и Rondejambeparterre).
- Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.
- Различать особенности маршевой музыки, спортивной, военной, вальсов быстрых и медленных.
- Чувствовать характер старинных жанров музыки (полонез).
- Слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях.
- Приобретать багаж знаний основных элементов классического танца
- Уметь исполнять простые танцевальные этюды

## 2 год обучения (Второй этап) Предмет Народный танец

### Задачи 2 года обучения:

- развивать коммуникативные способности ребенка, способствовать приобретению им опыта общения в творческом коллективе
- формировать умение выразить себя через движение; - уметь исполнять на сцене различные виды народного танца

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		
			теория	Практика	Формы аттестации(контроля)
1	Экзерсис у станка	24	-	24	Зачет
2	Элементы движения русского народного танца по кругу, диагонали и в парах	24	-	24	Зачет
3	Элементы и движения белорусского народного танца «Крыжачок»	8	-	8	Зачет
4	Постановка танцевальных композиций	16	-	16	Творческая работа, отчетный концерт участие в конкурсах
	Всего часов:	72	-	72	

### Планируемые результаты

обучающиеся 2 года обучения должны:

- Знать манеру исполнения упражнений в заданном характере;
- Знать особенности национального музыкального сопровождения танцевальных этюдов;
- Уметь грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала; - ориентироваться в пространстве, на сценической площадке; - исполнять движения в заданном характере;
- Владеть навыками: - исполнения элементов и основных комбинаций движений в предложенном характере народного танца; - коллективного исполнительского творчества; - эмоционально и выразительно исполнять танцевальные этюды

## 2 год обучения (Второй этап) Предмет Современный танец

**Задачи 2 года обучения:** –

- Сформировать и развить музыкальный слух и память, пластической выразительности посредством упражнений, построенных на связи музыки и движений.
- Развить физический аппарата ребенка посредством упражнений в - stretch характере.

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	Практика	
1	Работа над комплексными изоляций частей тела	18	-	18	Зачет
2	Построение и разучивание экзерсиса на середине зала	18	2	16	Зачет
3	Импровизация . Постановка танцевальной композиции	36	2	34	Творческая работа отчетный концерт участие в конкурсах
Всего часов:		72	4	68	

### Планируемые результаты:

к концу 2 года обучения обучающиеся должны:

- *Владеть* навыками музыкально-пластического интонирования;
- *Иметь* навыки исполнения танцевальных комбинаций и композиций, навыки коллективного исполнительства.

## 3 год обучения (Второй этап) Предмет Классический танец

### Задачи 3 года обучения:

- Повторение и закрепление пройденного материала.
- Дальнейшее знакомство с дисциплиной «Классический танец»
- Дальнейшее развитие навыков координации движений.
- Воспитание интереса к классическому танцу - основе хореографического искусства.
- Раскрытие творческих способностей

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	практика	
1	Методика и техника исполнения комбинаций в экзерсисе у станка	24	2	22	Зачет
2	Экзерсис на середине класса и техника исполнения	24	-	24	Зачет
3	Разучивание сложных, больших прыжков у станка и на середине	24	-	24	Зачет
Всего часов:		72	2	70	

### Планируемые результаты:

обучающиеся 3 года обучения должны:

- Совершенствовать танцевальную технику.
- Уметь самостоятельно сочинять набольшие вариации.
- Иметь красивую осанку, грамотность и выразительность движений.
- Уметь самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- Владеть различными танцевальными движениями,
- Владеть навыками комбинирования движений



## 3 год обучения (Второй этап) Предмет Народный танец

### Задачи 3 года обучения:

- Развить интерес к танцам Народа Мира
- Уметь определить характер и темп музыки в народном танце

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	практика	
1	Экзерсис у станка	18	-	18	Зачет
2	Освоение технических приемов для прыжков и вращений	18	-	18	Зачет
3	Основные элементы народных танцев	12	2	10	Зачет
4	Постановка танцевальных композиций	24		24	Творческая работа, отчетный концерт участие в конкурсах
Всего часов:		72	2	70	

### Планируемые результаты:

обучающиеся 3 года обучения должны:

- Уметь передавать в движении манеру и характер танцевальных движений и танцев, изучаемых народностей,
- Знать особенности и традиции изучаемых народностей.
- Владеть культурой исполнения, хореографической памятью, техникой движения
- Уметь передавать в движении сложные ритмические рисунки русских, удмуртских, татарских, марийских, молдавских, украинских, польских, итальянских и др. танцев. Исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращения, дроби (для девочек), различные виды присядок, «хлопушек» (для мальчиков)

## 3 год обучения (Второй этап) Предмет Современный танец

### Задачи:

- Постановка корпуса, позиции и положения рук, ног
- Основные приемы техники танца модерн: дыхание, сочетание напряжения и расслабления, понятие центр, вес, инерция, особенности работы стопы, использование партерной техники, принцип исполнения прыжков
- Развитие навыков координации
- Приобретение практических умений и навыков исполнения танцевальных упражнений и движений

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	практика	
1	Экзерсис на середине, партерные перекаты, кросс с элементами гимнастики	36	-	36	Зачет
2	Постановочная работа танцевальных номеров и импровизация	36	-	36	Творческая работа, отчетный концерт участие в конкурсах
	Всего часов	72	-	72	

### Планируемые результаты:

обучающиеся 3 года обучения:

- Владеют навыками анализировать показанные педагогом упражнения и движения, упражнениями и движения в стиле современного танца модерн.
- Умеют сочетать движения и дыхания в упражнения
- Владеют навыками импровизации

## 4 год обучения (Второй этап) Предмет Классический танец

### Задачи 4 года обучения:

- Повторение и закрепление пройденного материала.
- Более глубокое знакомство с дисциплиной «Классический танец»
- Дальнейшее развитие навыков координации движений.
- Раскрытие творческих способностей

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	практика	
1	Экзерсис у станка	18		18	Зачет
2	Экзерсис на середине Позы классического танца класса (на полупальцах).Подготовка к пируэтам	18		18	Зачет
3	Методика и техника исполнения allegro	18	2	16	Зачет
4	Постановка этюдов на основе выученного материала	18		18	Творческая работа, отчетный концерт
	Всего часов:	72	2	70	

### Планируемые результаты:

обучающиеся 4 года обучения должны:

- Уметь исполнять движения с затактом.
- Иметь навык выворотного положения ног «носок против пятки» из 5 позиции.
- Знать рисунок положений и уровней рук и ног, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца
- Владеть балетной терминологии
- Знать элементы основных комбинаций классического танца
- Знать принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств
- уметь распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца
- уметь осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения

## 4 год обучения (Второй этап) Предмет Народный танец

### Задачи 4 года обучения:

- Выработать потребность в творческой деятельности воспитанника
- Более глубокое знание танцевальной лексики в народном танце
- Уметь определить характер и темп музыки в народном танце
- Развитие вестибулярного аппарата

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория	практика	
1	Экзерсис у станка	24	-	24	Зачет
2	Работа над движениями русского танца Дробные движения и ритмический рисунок	14	-	14	Зачет
3	Вращение и верчение на месте и по диагонали	14	-	14	Зачет
4	Постановка танцевальной композиции	20	-	20	Творческая работа, отчетный концерт участие в конкурсах
	Всего часов:	72	-	72	

### Планируемые результаты:

обучающиеся 4 года обучения должны:

- Уметь понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа и окружающей природы.
- Владеть знаниями средств создания образа в хореографии народно- сценического танца
- Уметь исполнять на сцене различные виды народного танца и произведения учебного хореографического репертуара
- Уметь распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца
- Уметь самостоятельно понимать и исполнять задания педагога

## 4 год обучения (Второй этап)

### Предмет Современный танец

#### Задачи 4 года обучения:

- Повторение и закрепление пройденного материала.
- Дальнейшее знакомство с дисциплиной «современный танец»
- Развитие навыков координации движений.
- Раскрытие творческих способностей

№	Наименование раздела, темы	Общее кол-во часов	В том числе:		Формы аттестации(контроля)
			теория		
1	Техника изучения классического модерна	8	2	6	Зачет
2	Построение и разучивание экзерсиса на середине зала	10	-	10	Зачет
3	Комбинации и танцевальные связки на середине класса на месте и в продвижении	10	-	10	Зачет
4	Изучение техники движений танца Афроджаз	10	2	8	Зачет
5	Постановочная работа	34	-	34	Творческая работа, отчетный концерт участие в конкурсах
	Всего часов	72	4	68	

#### Планируемые результаты: обучающиеся 4 года обучения:

- Владеть навыками исполнения движений в стиле современного танца классический модерн, навыками импровизации
- уметь свободно ориентироваться в пространстве класса

**Учебно-тематический план**  
**1 год обучения**  
**Предмет – Классический танец**

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практик а	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Основы классического танца .</b>	36	2	34	
1.1	Изучение терминологии и техники исполнения экзерсиса у станка. Позиции ног: I, II, V.	2	2	-	Зачет
1.2	Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras (I, II, III позиции рук).	2		2	Зачет
1.3	Demi plie no I, II, V позициям.	2		2	Зачет
1.4	Grand plie no I, II позиции.	2		2	Зачет
1.5	Battements tendus из I позиции:	2		2	Зачет
1.6.	Passe par terre:	2		2	Зачет
1.7	Battement tendu jete из I позиции во всех направлениях:	2		2	Зачет
1.8	Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans.	2		2	Зачет
1.9	Положение ноги sur le cou de pied: "условное",спереди и сзади	2		2	Зачет
1.10	Battements frappe лицом к станку, носком в пол, в сторону во всех направлениях.	2		2	Зачет
1.11	Battements frappe боком к станку, носком в пол во всех направлениях.	2		2	Зачет
1.12	Battements fondu носком в пол во всех направлениях, лицом к станку; - боком к станку, носком в пол.	2		2	Зачет
1.13	Preparation к rond de jambe par terre en dehors, en dedans.	2		2	Зачет
1.14	Battements releve lent на 90о. во всех направлениях лицом к станку;( одной рукой за станок)	2		2	Зачет
1.15	Понятие retire .	2		2	Зачет
1.16	Grand battements jete из I позиции во всех лицом к станку	2		2	Зачет
1.17	Releve no I, II, V позициям:	2		2	Зачет
1.18	I Форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).	2		2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Элементы партерных хореографических упражнений .Экзерсис на середине класса</b>	<b>18</b>	-	18	
2.1	Demi plie no I, II, V позициям	2		2	Зачет
2.2	Battements tendu из I позиции во всех направлениях;	2		2	Зачет
2.3	Battements tendu jete во всех направлениях из I позиции;	2		2	Зачет
2.4	Demi rond de jambe par terre;	2		2	Зачет
2.5	Battements releve lent во всех	2		2	Зачет

	направлениях на 45 °.				
2.6	Grand battements jete из I позиции в первоначальной раскладке.	2		2	Зачет
2.7	Releve no I, II, V позициям	2		2	Зачет
2.8	Понятие epaulement (croisee, efface, ecarte) позы.	2		2	Зачет
2.9	Итоговое занятие				
<b>Раздел. 3</b>	<b>Прыжки и их виды</b>	18		18	
3.1	Temps leve saute no I, II, V позициям	2		2	Зачет
3.2	Petit changement de pied.	2		2	Зачет
3.3	Раз echarpe в первой раскладке.	2		2	Зачет
3.4	Шаг польки.	2		2	Зачет
3.5	Прыжки по диагонали	2		2	Зачет
3.6	Подскоки	2		2	Зачет
3.7	Полька Лектка-Енька	2		2	Зачет
3.8	Разножка и ее виды	2		2	Зачет
3.9	Итоговое занятие	2		2	Зачет
	<b>Итого:</b>	72	2	70	

## 1 год обучения Предмет – Народный танец

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Введение в предмет. Понятие о темпе в народно сценическом танце.</b>	2	2	-	
1.1	Введение в предмет.	1	1		Тестовое задание
1.2	Понятие о темпе (умеренный, медленный, быстрый). Понятие о характере музыки (плавная, отрывистая, грустная весёлая)	1	1		Тестовое задание
<b>Раздел. 2</b>	<b>Постановка корпуса, рук, позиций ног и головы. Изучение поклона</b>	7	-	7	
2.1	Основные позиции рук в народно – сценическом танце.	1		1	Зачет
2.2	Основные позиции ног в народно-сценическом танце	1		1	Зачет
2.3	Основные положения и движения рук: ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись)	1		1	Зачет
2.4	Простой поясной поклон на месте	1		1	Зачет
2.5	Простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении	1		1	Зачет
2.6	Русский поклон с продвижением	1		1	Зачет
2.7	Апломб к народном танце	1		1	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Экзерсис у станка</b>				
3.1	Preparation к началу движения.	1		1	Зачет
3.2	Переводы ног из позиций в позицию.	1		1	Зачет

3.3	Demi plies, grand plies (полуприседания и полные приседания).	1		1	Зачет
3.4	Battements tendus (выведение ноги на носок).	1		1	Зачет
3.5	Battements tendus jetes (маленькие броски).	1		1	Зачет
3.6	Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).	1		1	Зачет
3.7	Подготовка к маленькому каблучному.	1		1	Зачет
3.8	Подготовка к « веревочке», «веревочка».	1		1	Зачет
3.9	Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).	1		1	Зачет
3.10	Grand battements jetes (большие броски).	1		1	Зачет
3.11	Releve (подъем на полупальцы).	1		1	Зачет
3.12	Port de bras.	1		1	Зачет
3.13	Подготовка к «молоточкам».	1		1	Зачет
3.14	Притопы, ритмический рисунок .	1		1	Зачет
3.15	Подготовка к полуприсядкам и присядкам.	1		1	Зачет
3.16	Прыжки с поджатыми ногами.	1		1	Зачет
3.17	Прыжки с поджатыми ногами с поворотом на 45 градусов	1		1	Зачет
3.18	Итоговое занятие	1		1	Зачет
<b>Раздел. 4</b>	<b>Основные шаги и движения Русского народного танца.</b>	9	-	9	
4.1	Русский народный танец. Перетопы тройные. Простой (бытовой) шаг. Простой русский шаг.	1		1	Творческая работа
4.2	Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции «Гармошка». «Елочка». Припадание в сторону по 3-й свободной позиции. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции.	1		1	Творческая работа
4.3	Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям). «Веребочка» простая. «Ковырялочка» с двойным притопом.	1		1	Творческая работа
4.4	Дробный «Ключ» простой (с переступаниями). Белорусский народный танец.	1		1	Творческая работа
4.5	Элементы танца «Крыжачок». Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные.	1		1	Творческая работа
4.6	Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.	1		1	Творческая работа
4.7	Основной ход «Крыжачок». Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.	1		1	Отчетный концерт
4.8	Шаг с ударом каблучка Па-де - баск.	1		1	Отчетный концерт



	Дробные движения				
4.9	Итоговое занятие	1		1	Участие в конкурсе
	<b>Итого:</b>	36	2	34	

## 1 год обучения Предмет – Современный танец

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Вводное занятие. Изучение параллельных позиций ног , основные положения корпуса и рук</b>	18	1	17	
1.1	Истоки развития современного танца	1	1	-	Зачет
1.2	Понятие техники современного танца.	1		1	Зачет
1.3	Особенности постановки ног, корпуса, рук. Координация движения и дыхания	1		1	Зачет
1.4	Координация рук в современном танце	1		1	Зачет
1.5	Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. ----Диагонали.	1		1	Зачет
1.6	Взаимосвязь ритма дыхания, импульса движения и темпа ритма танца. .	1		1	Зачет
1.7	Понятие центральной оси тела	1		1	Зачет
1.8	Взаимодействие с гравитацией	1		1	Зачет
1.9	Rasdebourtée (музыкальный размер: 3/4; 2/4; 4/4.	1		1	Зачет
1.10	Комбинации на освоение позиций.	1		1	Зачет
1.11	Стелящий шаг с корпусом.	1		1	
1.12	Перенос тела в движение	1		1	Зачет
1.13	Понятие центра. Центр и периферия	1		1	Зачет
1.14	Концепция восприятия тела	1		1	Зачет
1.15	Использование веса тела при движении..	1		1	Зачет
1.16	Использование силы инерции	1		1	Зачет
1.17	Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up Flat back Arch	1		1	Зачет
1.18	Истоки развития современного танца	1		1	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Изучение движений изолированных центров , техника и координация их исполнения</b>	<b>18</b>	-	18	
2.1	Изучение основных движений корпуса в положение сидя. Повороты и другие движения корпуса. Изучение перекатов в положении лежа и сидя на полу	1			Зачет
2.2.	Изучение кувырков и перекатов назад и вперед.	1			Зачет
2.3	Свинг. Другие варианты движений. Изучение основных движений корпуса в положении стоя.	1			Зачет
2.4	Curve – наклон верха корпуса вперед	1			Зачет

	Side – наклон верха корпуса в сторону				
2.5	Arch – наклон верха корпуса назад. Rollup – возвращение в вертикальное положение	1			Зачет
2.6	Основные виды движения swing. Flatback – наклон с прямой спиной вперед и вперед по диагонали	1			Зачет
2.7	Contraction – сжатие, сокращение, движение центра корпуса	1			Зачет
2.8	Специфика баланса на руках в современном танце, отличие от акробатических и гимнастических вариантов	1			Зачет
2.9	Динамический баланс на двух руках. динамический баланс на одной руке. Изучение основных поз современного танца.	1			Зачет
2.10	LevelT – поза с ногой, открытой в сторону, и наклоном корпуса	1			Зачет
2.11	Parallelarabesque – поза, в которой корпус и рабочая нога образуют горизонтальную линию	9	-	9	Зачет
2.12	Повороты и наклоны головы + Sundari Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).	1		1	Зачет
2.13	Движения плечами: -( подъем одного-двух поочередно вверх, движение плеч вперед-назад, твист плеч (изгиб) ,резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.),"восьмерка" - круги поочередно, шейк плеч. _	1		1	Зачет
2.14	Движение грудной клеткой (иафрагмой: - из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание. Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.)	1		1	Зачет
2.15	Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх Поза коллапса	1		1	Зачет
2.16	Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении	1		1	Зачет
2.17	Изучение падений (варианты падений в сторону, вперед, назад)	1		1	Зачет
2.18	Итоговое занятие	1		1	Зачет
	<b>Итого:</b>	36	-	36	

**2 год обучения**  
**Предмет – Классический танец**

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Экзерсис у станка</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>24</b>	
1.1	Постановка корпуса по IV позиции.	2		2	Зачет
1.2	Battements tendus	2		2	Зачет
1.3	Battements tendus jete: - balancoire;	2		2	Зачет
1.4	Rond de jambe par terre на demi plie.	2		2	Зачет
1.5	Battements fondu с plie releve во всех направлениях.	2		2	Зачет
1.6	Battements soutenu в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.	2		2	Зачет
1.7	Battements double frappe в сторону, носком в пол на всей стопе.	2		2	Зачет
1.8	Pas coupe	2		2	Зачет
1.9	Pas tombe с фиксацией ноги в положении sur le cou de pied на месте.	2		2	Зачет
1.10	Battements releve lent на 90° в позах.	2		2	Зачет
1.11	Battements developpe во всех направлениях	2		2	Зачет
1.12	III форма port de bras как заключение комбинаций. Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Экзерсис на середине класса</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>24</b>	
2.1	Battements tendus во всех направлениях в малых позах,	2		2	Зачет
2.2	Battements tendus в сочетании с roue le pied и demi plie.	2		2	Зачет
2.3	Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с rive	2		2	Зачет
2.5	Battements fondu во всех направлениях носком в пол.	2		2	Зачет
2.6	Battements frappe во всех направлениях носком в пол.	2		2	Зачет
2.7	Battements releve lent на 90° во всех направлениях в сочетаниях с passe.	2		2	Зачет
2.8	Battements developpe в сторону.	2		2	Зачет
2.9	Grand battements jete во всех направлениях.	2		2	Зачет
2.10	II Форма port de bras.	2		2	Зачет
2.11	Понятие и изучение arabesque (I, II, IV):	2		2	Зачет
2.12	Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.	2		2	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Методика и техника исполнения на середине класса, allegro</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>24</b>	
3.1	Pas echappe.	2		2	Зачет
3.2	Pas assemble в сторону у станка и на середине	2		2	Зачет

3.3	Sissorme simple en face у станка и на середине	2		2	Зачет
3.4	Grand changement de pied			2	Зачет
3.5	Releve no I, II, V, VI позициям: у станка и на середине	2		2	Зачет
3.6	Pas echappe: у станка и на середине	2		2	Зачет
3.7	Pas assemble в сторону: у станка и на середине	2		2	Зачет
3.8	Pas de bourre simple	2		2	Зачет
3.9	Pas de bourre suivi у станка - на месте и с продвижением;	2		2	Зачет
3.10	Sissonne simple	2		2	Зачет
3.11	Pas couru по диагонали на середине зала.	2		2	Зачет
3.12	Итоговое занятие	2		2	Зачет
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>2</b>	<b>70</b>	

## 2 год обучения Предмет Народный танец

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Экзерсис у станка</b>	24	-	24	
1.1	Demi- plies и grand-plies (полуприседания и полные приседания).	2		2	Зачет
1.2	Battements tendus (скольжение стопой по полу).	2		2	Зачет
1.3	Battements tendus jetes (маленькие броски).	2		2	Зачет
1.4	Pas tortille (развороты стоп).	2		2	Зачет
1.5	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).	2		2	Зачет
1.6	Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).	2		2	Зачет
1.7	Маленькое каблучное.	2		2	Зачет
1.8	Большое каблучное.	2		2	Зачет
1.9	IX. «Веревочка».	2		2	Зачет
1.10	Подготовка к battements fondus.	2		2	Зачет
1.11	Developpe.	2		2	Зачет
1.12	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Элементы движения русского народного танца по кругу, диагонали и в парах</b>	<b>24</b>		<b>24</b>	
2.1	Шаги на подскоках с продвижением вперед по диагонали.	2		2	Зачет
2.2	Притопы. Перетопы тройные. Простой (бытовой) шаг. Простой русский шаг.	2		2	Зачет
2.3	Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции. «Гармошка». «Елочка». Припадание в сторону по 3-й свободной позиции. Боковые перескоки с ноги на	2		2	Зачет

	ногу по 3-й свободной позиции.				
2.4	припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали	2		2	Зачет
2.5	Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.	2		2	Зачет
2.6	Шаг с ударом каблучка Па-де - баск. Дробные движения	2		2	Зачет
2.7	Простые подскоки с хлопками и поклонами. Простые подскоки в повороте парами под руки.	2		2	Зачет
2.8	Боковое «припадание»: с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.	2		2	Зачет
2.9	Боковое «припадание»: с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги. «Маталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.	2		2	Зачет
2.10	«Веребочка»: с двойным ударом полупальцами, «Веребочка» простая с поочередными переступаниями	2		2	Зачет
2.11	«Ковырялочка» с притопами. «Ключ» простой в Народном танце	2		2	Зачет
2.12	Дробные движения простая дробь на месте, Дробная дорожка каблучками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.	2		2	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Элементы и движения белорусского народного танца «Крыжачок»</b>	8	-	8	
3.1	Элементы танца «Крыжачок». Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные.	2		2	Зачет
3.2	Основной ход «Крыжачок». Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.	2		2	Зачет
3.3	Дробный «Ключ» простой (с переступаниями). Белорусский народный танец.	2		2	Зачет
3.4	Координация танцевальных элементов в этюд	2		2	Зачет
<b>Раздел. 4</b>	<b>Постановка танцевальных композиций</b>	16	-	16	Зачет
4.1	Русский народный танец. Элементы танца. Поочередное раскрытие рук (приглашение). Муз. разм. 2/4, 4/4. Бытовой шаг с притопом. Шаркающий шаг: а) каблучком по полу. б) полупальцами по полу. Переменный шаг: а) с притопом и продвижением вперед и назад. «Девичий ход» с переступаниями	2		2	Зачет

4.2	Украинский народный танец. Элементы танца. Позиции и положения ног в Украинском танце	2		2	Зачет
4.4	Положения рук в парном и массовом танце. Выхлястник» (ковырялочка):	2		2	Зачет
4.5	Ритмические выстукивания с чередованием с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов	2		2	Творческая работа
4.6	« Голубец» на месте и с продвижением в сторону. Вращения.	2		2	Отчетный концерт
4.7	Координация танцевальных элементов в танцевальную композицию.	2		2	Участие в конкурсе
4.8	Постановка танцевального номера	2		2	Участие в конкурсе
	Итоговое занятие	72	-	72	

## 2 год обучения Предмет -Современный танец

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Работа над комплексными изоляциями частей тела.</b>	18	-	18	
1.1	«Изоляция» Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги. Движения исполняются вперед-назад, из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.	2		2	Зачет
1.2	«Изоляция» Плечи: прямые направления, крест, полукруги, круги.	2		2	Зачет
1.3	«Изоляция» Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.	2		2	Зачет
1.4	«Изоляция» Пелвис (тазобедренный отдел)	2		2	Зачет
1.5	«Изоляция» Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции.	2		2	Зачет
1.6.	«Изоляция» Ноги: движение изолированных ареалов (стопа, голеностоп), переводы стоп из параллельного в выворотное положение.	2		2	Зачет
1.7	«Изоляция» Упражнения для позвоночника. Flat back, Twist и спираль. Contraction, release. Release (расширение, сжатие)	2		2	Зачет
1.8	Roll down, roll up, Flat back, Arch	2		2	Зачет
1.9	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Построение и разучивание экзерсиса на середине зала.</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	
2.1	Plie по параллельным и	2	1	1	Зачет

	развернутым позициям.				
2.2	Battement tendu / brush.	2	1	1	Зачет
2.3	Battement jeté / brush.	2		2	Зачет
2.4	Ronde de jambe.	2		2	Зачет
2.5	Battement fondu.	2		2	
2.6	Adagio.	2		2	Зачет
2.7	Grand battement jeté / swings.	2		2	Зачет
2.8	Swings.	2		2	
2.9	Итоговое занятие.	2		2	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Импровизация. Постановка танцевальной композиции</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	
3.1	Освоение пространства. Передвижение в пространстве.	2	2	-	Зачет
3.2	Партнеринг. Комбинация на полу.	2		2	Зачет
3.3	Уровни. Смена уровней: нижний партер, средний, верхний воздух(прыжки)	2		2	Зачет
3.4	Импровизация. Шаги с ощущением веса тела. Шаги со скольжением	2		2	Зачет
3.5	Импровизация. Падение на бедро. Падение на бок.	2		2	Зачет
3.6	Импровизация. Перекаты из стороны в сторону. Перекат с шага, с прыжка.	2		2	Зачет
3.7	Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с образами.	2		2	Зачет
3.8	Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с предметом	2		2	Зачет
3.9	Постановка танцевальной композиции. Экспозиция.	2		2	Зачет
3.10	Танцевальная композиция. Завязка. Отработка	2		2	Зачет
3.11	Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.	2		2	Зачет
3.12	Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере.	2		2	Зачет
3.13	Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.	2		2	Зачет
3.14	Репетиция танцевальной композиции. Техника движения	2		2	Зачет
3.15	Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.	2		2	Зачет

3.16	Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.	2		2	Творческая работа
3.17	Репетиция танцевальных движений в номере.	2		2	Отчетный концерт
3.18	Итоговое занятие	2		2	Участие в конкурсе
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>4</b>	<b>68</b>	

### 3 год обучения Предмет – Классический танец

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Методика и техника исполнения комбинаций в экзерсисе у станка</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	
1.1	Demi plie по IV позиции; - grand plie по IV позиции .	2	-	2	Зачет
1.2	Demi rond de jambe на 450 en dehors, en dedans, на demi plie.	2	1	1	Зачет
1.3	Battements fondu с plie - releve с выходом на полупальцы.	2	-	2	Зачет
1.4	Battements double frappe с окончанием в demi plie.	2	1	1	Зачет
1.6	Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги в положении sur le cou de pied,	2	-	2	Зачет
1.7.	Battements developpe с окончанием в demi plie.	2	-	2	Зачет
1.8	III форма port de bras с вытянутой ногой назад (растяжка).	2	-	2	Зачет
1.9	Поворот soutenu на 3600.	2	-	2	Зачет
1.10	Preparation к pirouette sur le cou de pied из V позиции.	2	-	2	Зачет
1.11	Grand battements jete с pointee.	2	-	2	Зачет
1.12	Grand battements jete	2	-	2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Экзерсис на середине класса и техника исполнения</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>24</b>	
2.1	Понятие arabesque (I, II, IV): изучение I, II, III arabesque.	2	-	2	Зачет
2.2	Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.	2	-	2	Зачет
2.3	Battements tendu jete в позах в сочетании с balancoire	2	-	2	Зачет
2.4	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.	2	-	2	Зачет
2.5	Battements fondu в сочетании с soutenu и demi plie во всех направлениях	2	-	2	Зачет
2.6	Battements frappe во всех направлениях на 450 в позах.	2	-	2	Зачет
2.7	Battements releve lent и battements developpe	2	-	2	Зачет
2.8	Temps lie par terre en dehors et en dedans:	2	-	2	Зачет
2.9	temps lie par terre с перегибом корпуса.	2	-	2	Зачет



2.10	Grand battements jete с pointe в позах.	2	-	2	Зачет
2.11	Grand battements jete balancoire	2	-	2	Зачет
2.12	Итоговое занятие	2	-	2	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Разучивание сложных, больших прыжков у станка и на середине</b>	24	-	24	
3.1	Temps leve saute по I, II, V позициям с продвижением вперед, в сторону, назад.	2	-	2	Зачет
3.2	Changement de pied en tournant на 1/8, 1/4, 1/2 поворота.	2	-	2	Зачет
3.3	Pas echappe en tournant на ¼ поворота.	2	-	2	Зачет
3.4	Pas assemble вперед, назад.	2	-	2	Зачет
3.5	Pas jete en face.	2	-	2	Зачет
3.6	Temps leve с фиксацией ноги на sur le cou de pied.	2	-	2	Зачет
3.7	Pas glissade в сторону.	2	-	2	Зачет
3.8	Sissone tombe.	2	-	2	Зачет
3.9	Pas chasse вперед.	2	-	2	Зачет
3.10	Sissone ferme в сторону.	2	-	2	Зачет
3.11	Sissone ferme вперед и назад	2	-	2	Зачет
3.12	Итоговое занятие	2	-	2	Зачет
	<b>Итого</b>	72	2	70	

### 3 год обучения Предмет – Народный танец

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Экзерсис у станка</b>	18	-	18	
1.1	Plie (плавные и резкие)	2		2	Зачет
1.2	Battement tendu с выносом рабочей ноги на каблук;	2		2	Зачет
1.3	Battement tendu jete с одновременным ударом каблуком опорной ноги в demi plie, battement tendu jete balancoirs.	2		2	Зачет
1.4	Rond de jambe par terre. Rond de pied; Pas tortelle одинарное; pas tortelle ударное	2		2	Зачет
1.5	Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к «верёвочке» с подъёмом на полупальцы; «Верёвочка» с переборами	2		2	Зачет
1.6	Flik-flak по I прямой позиции; flik-flak по IV позиции	2		2	Зачет
1.7	Battement fondu на 45 градусов; с подъёмом на полупальцы;	2		2	Зачет
1.8	Battement devloppe на 90 градусов с одним ударом каблуком опорной ноги в demi plie	2		2	Зачет
1.9	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Освоение технических приемов для прыжков и вращений</b>	<b>18</b>	-	<b>18</b>	Зачет

2.1	прыжки с обеих ног с поворотом на 90 и 180 градусов;	2		2	Зачет
2.2	прыжки с обеих ног по VI позиции с поджатыми ногами;	2		2	Зачет
2.3	прыжки с обеих ног с поворотом на 180 и 360 градусов.	2		2	Зачет
2.4	повороты по I прямой позиции ног на полупальцах, на каблуках с подготовкой; повороты на месте по I прямой позиции на полупальцах, на каблуках подряд;	2		2	Зачет
2.5	дробь простая и двойная в повороте;	2		2	Зачет
2.6	вращения по диагонали: полька, шаг-подскок, бег;	2		2	Зачет
2.7	«обертас» с подготовкой	2		2	Зачет
2.8	вращение «насос» с подготовкой;	2		2	Зачет
2.9	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Основные элементы народных танцев</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	
3.1	Port de bra для рук;	2	1	1	Зачет
3.2	«Маятник» с подскоком на всей стопе;	2		2	Зачет
3.3	«Верёвочка» с двойным ударом;	2	1	1	Зачет
3.4	Переборы с ударами полупальцами;	2		2	Зачет
3.5	Присядка «Метёлочка»; Присядки; Хлопушки.	2		2	Зачет
3.6	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 4</b>	<b>Постановка танцевальных композиций</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>24</b>	
4.1	Танцы Прибалтийских Республик. Простые подскоки, белорусская полька.	2		2	Участие в конкурсе
4.2	Украинский народный танец. Элементы танца. Позиции и положения ног в Украинском танце	2		2	Творческая работа
4.3	Положения рук в парном и массовом танце. Выхиястник» (ковырялочка):	2		2	Творческая работа
4.4	Этюд на основе движений русского танца «Барыня»;	2		2	Участие в конкурсе
4.5	разучивание элементов русского танца;	2		2	Участие в конкурсе
4.6	комбинации на русском или прибалтийском материале;	2		2	Участие в конкурсе
4.7	этюды на русском или прибалтийском материале	2		2	Творческая работа
4.8	Русский танец «Яблочко »	2		2	Творческая работа
4.9	Разновидность хороводных шагов	2		2	Творческая работа
4.10	ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боко-вых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с от-скоком и перескоками.	2		2	Творческая работа
4.11	Постановка этюда на пройденном материале	2		2	Отчетный концерт
4.12	Итоговое занятие	2		2	Участие в конкурсе
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>2</b>	<b>70</b>	

**3 год обучения**  
**Предмет – Современный танец**

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Экзерсис на середине, партерные перекаты, кросс с элементами гимнастики.</b>	36	-	36	
1.1	Demi- и grand-plié по параллельным и развернутым позициям.	2		2	Зачет
1.2	Battement tendu / flex-point	2		2	Зачет
1.3	Battement jeté / flex-point	2		2	Зачет
1.4	Ronde de jambe с добавлением грудной клетки	2		2	Зачет
1.5	Swings. Вперед, в сторону, с добавлением ноги на passe	2		2	Зачет
1.6	Battement fondu по параллельным и развернутым позициям.	2		2	Зачет
1.7	Adagio по параллельным и развернутым позициям.	2		2	Зачет
1.8	Grand battement jeté / swings в продвижении и с наклоном корпуса.	2		2	Зачет
1.9	Flat back вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом.	2		2	Зачет
1.10	Twist и спираль. Deep body bend.	2		2	Зачет
1.11	Contraction, release. Положения arch, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая.	2		2	Зачет
1.12	Шаги по квадрату. Шаги со сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.	2		2	Зачет
1.13	Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.	2		2	Зачет
1.14	Триплеты с перемещением вперед, назад.	2		2	Зачет
1.15	Pas de bourree в продвижении вперед	2		2	Зачет
1.16	Кросс шаги. Вращение en dehors с рабочей ногой на sou -de-pied и passé.	2		2	Зачет
1.17	Прыжки: hop, jump, leap.	2		2	Зачет
1.18	Итоговое занятие.	2		2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Постановочная работа танцевальных номеров и импровизация.</b>	36	-	36	
2.1	Взаимосвязь в паре. Передвижение в пространстве.	2		2	Участие в конкурсе
2.2	Соло. Партнеринг. Самовыражение.	2		2	Творческая работа
2.3	Трио. Смена уровней: нижний партер,	2		2	Творческая работа

	средний, верхний воздух(прыжки)				
2.4	Импровизация в кругу. Шаги с ощущением веса тела.	2		2	Участие в конкурсе
2.5	Импровизация в линии. Контактная импровизация. Падение на руки.	2		2	Участие в конкурсе
2.6	Импровизация по диагонали. Шаги и прыжки.	2		2	Участие в конкурсе
2.7	Этюдная работа в паре. Работа в дуэте.	2		2	Творческая работа
2.8	Этюдная работа соло. Работа с предметом	2		2	Творческая работа
2.9	Проучивание движений и комбинаций к танцевальной композиции.	2		2	Творческая работа
2.10	Постановка танцевальной композиции. Экспозиция. Завязка. Отработка	2		2	Творческая работа
2.11	Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.	2		2	Отчетный концерт
2.12	Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере.	2		2	Участие в конкурсе
2.13	Репетиция танцевальной композиции. Техника движения	2		2	Участие в конкурсе
2.14	Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.	2		2	Творческая работа
2.15	Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.	2		2	Творческая работа
2.16	Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.	2		2	Участие в конкурсе
2.17	Репетиция танцевальных движений и комбинаций в танце.	2		2	Участие в конкурсе
2.18	Итоговое занятие	2		2	Участие в конкурсе
	Итого	72	-	72	

**4 год обучения**  
**Предмет – Классический танец**

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практик а	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Экзерсис у станка</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>	
1.1	Demi plie и grand plie с рукой en dehors. en dedans.	2		2	Зачет
1.2	Battements tendu pour batterrie (как подготовка к заноскам). 3+	2		2	Зачет
1.3	Battements tendu jete в сочетании с pour le pied, pique, balansoire	2		2	Зачет
1.4	Flic-flac..	2		2	Зачет
1.5	Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги носком в пол; фиксация ноги на 450.	2		2	Зачет
1.6	Rond de jambe en l air en dehors, en dedans в первоначальной раскладке ; и в конечной раскладке	2		2	Зачет
1.7	Battements soutenu на 45 во всех направлениях..	2		2	Зачет
1.8	Battements frappe с окончанием в demi plie носком в пол и поворотом в малые позы.	2		2	Зачет
1.9	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Экзерсис на середине Позы классического танца класса (на полупальцах).Подготовка к пируэтам</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>	
2.1	Battements fondu с plie-releve на всей стопе с фиксацией ноги на 450с demi rond на 450 en dehors, en dedans.	2		2	Зачет
2.2	Battements double frappe с окончанием в demi plie и фиксацией ноги носком.	2		2	Зачет
2.3	Battements developpe в больших позах в сочетании с arabesque.	2		2	Зачет
2.4	Preparation к pirouette с IV позиции.	2		2	Зачет
2.5	Tours chaines.	2		2	Зачет
2.6	Preparations к pirouettes en dehors et en dedans с V, IV позиции.	2		2	Зачет
2.7	Preparations к pirouettes en dehors et en dedans со II позиции	2		2	Зачет
2.8	Виды поз классического танца: «croisé», «effacé et ecarté».	2		2	Зачет
2.9	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Методика и техника исполнения allegro</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	

3.1	Pas echappe battu	2	1	1	Зачет
3.2	Double assemble.	2	1	1	Зачет
3.3	Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade	2		2	Зачет
3.4	Sisson fermee вперед в I arabesque	2		2	Зачет
3.5	Заноски entrechat catre, royle.	2		2	Зачет
3.6	Sisson ouverte на 450 во всех направлениях.	2		2	Зачет
3.7	Pas de chat.	2		2	Зачет
3.8	Tour en l' air по I позиции	2		2	Зачет
3.9	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 4</b>	<b>Постановка этюдов на основе выученного материала</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>	
4.1	Соединить виды порт де бра в танцевальную комбинацию с добавлением различных движений.	2		2	Участие в конкурсе
4.2	Задания на логику комбинирования движений классического экзерсиса.	2		2	Творческая работа
4.3	Сочитание ,перестроение рисунка в танце на основе классического шага	2		2	Творческая работа
4.4	Отработка этюдов .Выявление ошибок и их корректировка.	2		2	Участие в конкурсе
4.5	Отработка танцевальных поз и использование их в танцевальном этюде.	2		2	Участие в конкурсе
4.6	Постановка хореографических номеров.	2		2	Участие в конкурсе
4.7	Творческая работа на музыку П.И Чайковского	2		2	Творческая работа
4.8	Классический танцевальный этюд на вальс Штауса	2		2	Творческая работа
4.8	Итоговое занятие	2		2	Творческая работа
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>2</b>	<b>70</b>	

**4 год обучения**  
**Предмет – Народный танец**

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Экзерсис у станка</b>	<b>24</b>	<b>-</b>	<b>24</b>	
1.1	Plie (плавные и резкие)	2			Зачет
1.2	Battement tendu с выносом рабочей ноги на каблук;	2			Зачет
1.3	Каблучное крестом	2			Зачет
1.4	Battement tendu jete с одновременным ударом каблучком опорной ноги в demi plie, battement tendu jete с выносом ноги на пятку.	2			Зачет
1.5	Rond de jambe par terre. Rond de pied; Pas tortelle одинарное; pas tortelle ударное	2			Зачет
1.6	Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к «верёвочке» с подъёмом на полупальцы;	2			Зачет

1.7.	Flik-flak по I прямой позиции; flik-flak по IV позиции	2			Зачет
1.8	Battement fondu на 45 градусов; с подъёмом на полупальцы;	2			Зачет
1.9	Выстукивание по VI позиции.	2			Зачет
1.10	Battement developpe на 90 градусов с одним ударом каблуком опорной ноги в demi plie	2			Зачет
1.11	Grand battement.	2			Зачет
1.12	Итоговое занятие.	2			Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Работа над движениями русского танца. Дробные движения и ритмический рисунок</b>	<b>14</b>	-	<b>14</b>	
2.1	Двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ноги.	2		2	Зачет
2.2	Синкопированные проскальзывания с приведением ноги на getere у колена невыворотное.	2		2	Зачет
2.3	Двойная дробь с «ускорением»,	2		2	Зачет
2.4	Двойная дробь с притопами и разворотами корпуса.	2		2	Зачет
2.5	Двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце.	2		2	Зачет
2.6	Двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце.	2		2	Зачет
2.7	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Вращение и верчение на месте и по диагонали</b>	<b>14</b>	-	<b>14</b>	
3.1	Прыжки с обеих ног с поворотом на 180 и 360 градусов.	2		2	Зачет
3.2	«обертас» с подготовкой	2		2	Зачет
3.3	Вращение «Припадание» на точку 1/8, 1/4, 1/2,	2		2	Зачет
3.4	Вращения «Андеор» и «Андедан	2		2	Зачет
3.5	Вращения «Обертас»	2		2	Зачет
3.6	Диагональ: Шене, блинчики, русский бег	2		2	Зачет
3.7	Итоговое занятие.	2		2	Зачет
<b>Раздел. 4</b>	<b>Постановка танцевальных композиций</b>	<b>20</b>	-	<b>20</b>	
4.1	Итальянский народный танец. Позиции и положения ног в Итальянском танце.	2		2	Участие в конкурсе
4.2	Элементы Итальянского танца в продвижении рисунка.	2		2	Творческая работа
4.3	Положения рук в парном и массовом танце. «Тарантелла»	2		2	Творческая работа
4.4	Этюд на основе движений итальянского танца «Тарантелла»	2		2	Участие в конкурсе
4.5	Элементы Испанского танца в продвижении рисунка.	2		2	Участие в конкурсе
4.6	Разновидность zapateado. Позиции и положения ног в Испанский танец.	2		2	Участие в конкурсе
4.7	Элементы Испанского танца в продвижении рисунка.	2		2	Творческая работа

4.8	Положения рук в парном и массовом танце. «Арагонская хота»	2		2	Творческая работа
4.9	Этюд на основе движений «Арагонская хота» Постановка этюда на пройденном материале.	2		2	Творческая работа
4.10	Итоговое занятие.	2		2	Участие в конкурсе
	<b>Итого</b>	<b>72</b>		<b>72</b>	

#### 4 год обучения Предмет – Современный танец

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел. 1</b>	<b>Техника изучения классического модерна</b>	8	2	6	
1.1	Arhc Арч «арка» Положение торса с руками на 3-ю поз.( классический вариант) в поинте, позвоночник прогнут больше назад. Здесь применение позиции «арч», я сопоставляю с «аркой» в руках.	2	1	1	Зачет
1.2	Slide Слайд (скольжение) Ровное скольжение на нагруженной ноге или обеих ногах одновременно	2	1	1	Зачет
1.3	Step boll chinch Степ болл ченч. Шаг, полупальцы, перемена, движение аналогично па де буре классического танца.	2		2	Зачет
1.4	Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 2</b>	<b>Построение и разучивание экзерсиса на середине зала</b>	<b>10</b>	-	10	
2.1	Grand-Plie и demi-plie по параллельным и развернутым позициям.	2		2	Зачет
2.2	Battement tendu / brush. Battement jeté / brush. Flex-point	2		2	Зачет
2.3	Ronde de jambe. Battement fondu по параллельным и развернутым позициям.	2		2	Зачет
2.4	Adagio по параллельным и развернутым позициям.	2		2	Зачет
2.5	Grand battement jeté / swings. Добавляем шаги и наклон корпуса.Итоговое заенятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 3</b>	<b>Комбинации и танцевальные связки на середине класса на месте и в продвижении</b>	<b>10</b>	-	10	
3.1	Flat step	2		2	Зачет
3.2	Camel walk (верблюжья ходьба)	2		2	Зачет
3.3	Latin walk. Шаг, при котором тяжесть корпуса на одной ноге, другая нога свободна.	2		2	Зачет
3.4	Шаги в рок-манере	2		2	Зачет
3.5	Кроссовые комбинации.Итоговое занятие	2		2	Зачет



<b>Раздел. 4</b>	<b>Изучение техники движений танца Афроджаз</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
4.1	Джаз ходы (jass walks): Flat jazz walk, bounce jazz walk, strut, brush step, harlem walk, prance jazz walk.	2	1	1	Зачет
4.2	Движение ноги с передачей центра: flat step, stamp, bail step, heel step, ball drop, heeldrop,	2	1	1	Зачет
4.3	Простые джаз вращения: walking turn трехшаговое, skirting turn, полу спираль, спираль.	2		2	Зачет
4.4	Джаз бег прыжки: hop, skip, jump.	2		2	Зачет
4.5	Джаз падения. Подготовка к падениям. Виды падений: на спину, на живот, в сторону. Итоговое занятие	2		2	Зачет
<b>Раздел. 5</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>34</b>	<b>-</b>	<b>34</b>	
5.1	Проучивание движений к танцу. Передвижение в пространстве.	2		2	Участие в конкурсе
5.2	Позировки в танце. Комбинация на полу, на полной стопе, на полу пальцах.	2		2	Творческая работа
5.3	Импровизация на музыку современных исполнителей.	2		2	Творческая работа
5.4	Импровизация на музыку джаз исполнителей движение в пространстве.	2		2	Участие в конкурсе
5.5	Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с образами.	2		2	Участие в конкурсе
5.6	Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с предметом	2		2	Участие в конкурсе
5.7	Постановка танцевальной композиции. Экспозиция.	2		2	Творческая работа
5.8	Танцевальная композиция. Завязка. Отработка	2		2	Творческая работа
5.9	Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.	2		2	Творческая работа
5.10	Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере.	2		2	Участие в конкурсе
5.11	Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.	2		2	Творческая работа
5.12	Репетиция танцевальной композиции. Техника движения	2		2	Творческая работа
5.13	Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.	2		2	Участие в конкурсе
5.14	Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.	2		2	Участие в конкурсе
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>4</b>	<b>68</b>	

**Содержание учебного плана**  
**Предмет : Классический танец (1 год обучения)**  
**1 модуль «Азбука хореографии»**

**Раздел 1. Основы классического танца . Изучение терминологии и техники исполнения экзерсиса у станка (36 часов)**

**Теория (6 часа)**

Пояснение понятия «Классический танец». Показ основных элементарных позиций рук и ног, постановка корпуса, головы. Понятие «красота» в применении к искусству танца. Беседа с показом видеоматериала о балете. Изучаются основная терминология классического экзерсиса и перевод французских выражений.

**Практика (30 часов)**

Этот раздел включает в себя элементарные сведения о классическом танце, позициях рук и ног и ориентировка в зале. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Тренируется суставно-мышечный аппарат ребенка. Вырабатывается опора, выворотность, пластичность и крепость голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Постановка корпуса, позиции и положения рук и ног. Приобрести Aplomb- способность обладать устойчивостью.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

Поклон вначале и в конце урока. Формирование осанки.

Preparation (подготовительное движение)

Позиции ног – 1,2,3.

Позиции рук – подготовительная, 1,2,3.

Апломб корпуса , осанка, объяснение и показ работы мышц ,распределение тяжести корпуса.

Положение головы: En face (прямо), профиль, наклон головы к плечу.

Разминка, разогрев мышц, основные шаги по кругу (упражнения на напряжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава ,развития гибкости плечевого и поясничного суставов ,укрепление мышц брюшного пресса, развитие гибкости позвоночника, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, развитие подвижности колена и голеностопного сустава, эластичность связок голени и стопы, развитие выворотности ног и танцевального шаг

Demi plie по I, II, V позициям, Grand plie по I, II позиции, Battements tendus из I позиции Passe par terre, Battement tendu jete из I позиции во всех направлениях, Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans, Положение ноги sur le cou de pied: «условное» спереди, сзади, Battements frappe лицом к станку, носком в пол, в сторону во всех направлениях, Battements frappe боком к станку, носком в пол во всех направлениях., Battements fondu носком в пол во всех направлениях, лицом к станку, Preparation к rond de jambe par terre en dehors, en dedans, Battements releve lent на 90о. во всех направлениях лицом к станку, Понятие retire , Grand battements jete из I позиции во всех лицом к станку, Releve по I, II, V позициям: с вытянутых ног, с вытянутых ног, Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях: в сторону, вперед, назад.

**Раздел 2 Элементы партнерных хореографических упражнений . Экзерсис на середине класса ..(18 часов)**

Вырабатывается опора. Этот раздел предусматривает общую физическую подготовку, развитие физических данных и ориентацию и "мышечного чувства".

**Теория (2 часа)**

Овладение простейшими навыками координации движений. Развитие выворотности, правильной осанки, гибкости и музыкальности

Сведения о классическом экзерсисе и навык исполнения движений на середине класса

Знакомство с названиями отдельных технических движений ( подъем ноги , стопа, пальцы, пах, поясница, «птичка» ,пресс).

Название и особенности движений на полу.( объяснение необходимости терпения.

Психологический настрой на неприятные ощущения при растягивании мышц)

### ***Практика (16 часов)***

- Приобретение умения фиксировать выворотность и втянутость колена .
- Упражнения сокращения и вытягивание стоп(вращательные движения стопой ,чувствование напряжений мышц ног,в чередовании с полным расслаблением мышц)
- Растяжение шейных и плечевых мышц при одном движении
- Приобретение эластичности седалищных мышц и голеностопа с помощью складки,(щучка к ногам).
- Развитие паховых связок («лягушка» на спине, сидя, на животе)
- Изучение правильности исполнения «шпагатов»-прямых и боковых.
- Накачивание пресса с помощью поднятия ног , «березка».
- Растяжение связок спины посредством упражнений : «лодочка», «колечко» ,«мостик».(У мальчиков присутствие силовых упражнений на полу отжимание на руках)
- I Форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).
- Demi plie по I, II, V позициям; - plie по I grand, II позициям.
- Battements tendu из I позиции во всех направлениях; с demi plie .
- Battements tendu jete во всех направлениях из I позиции; с pique.
- Demi rond de jambe par terre; rond de jambe par terre (полный круг).
- Battements releve lent во всех направлениях на 90о.
- Grand battements jete из I позиции в первоначальной раскладке.
- Releve по I, II, V позициям
- Понятие epaulement (croisee, efface, ecarte) позы.

## ***Раздел 3 Прыжки и их виды (18 часов)***

### ***Теория (2 часа)***

Правила исполнения техники в прыжках, виды прыжков. Allegro-быстро

### ***Практика (16 ч)***

Прыжки разучиваются у станка.

- Saute по 6 позиции, к концу года по 1 позиции.
- Прыжки с поджатыми ногами
- Разножка с выбросом ног в сторону
- Прыжки на середине класса, по диагонали
- Saute по 1 позиции, трамплинные прыжки
- Подскоки
- Галоп
- Перескоки
- Польша

**Предмет : Народный танец (1 год обучения)**  
**1 модуль «Азбука хореографии»**

**Раздел 1. Введение в предмет. Понятие о темпе в народно-сценическом танце (2 ч)**  
**Теория (1 часа)**

Пояснение понятия «Народный танец». Представление о народном танце как об одном из наиболее распространенных и древних видах творчества народа. Понятие «красота» в применении к искусству танца.

**Практика (1 час)**

Приемы темпа (умеренный, медленный, быстрый). Понятие о характере музыки (плавная, отрывистая, грустная весёлая)

**Раздел 2. Постановка корпуса, рук, позиций ног и головы. Изучение поклона (7 часов)**  
**Теория (1 час)**

Этот раздел предполагает изучение лексики, разнообразную манеру исполнения, характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах.

**Практика (6 часов)** Показ основных элементарных позиций рук и ног, постановка корпуса, головы.

Все движения исполняются на середине класса .

Позиции рук: 1,2,3, на талии, Preparation (подготовительное движение), позиции ног – 1,2,3., параллельные, заворотные, выворотные, апломб корпуса, осанка, объяснение и показ работы мышц, распределение тяжести корпуса, положение и повороты головы

**Раздел 3. Экзерсис у станка (18 часов)**  
**Теория (2 часа)**

Изучается основная терминология народного танца экзерсиса у станка.

Знакомство с особенностями характера исполнения народных движений. Связь современных танцев с народными танцами.

**Практика (16 часов)**

Preparation к началу движения.

Переводы ног из позиций в позицию.

Demi plies, grand plies (полуприседания и полные приседания).

Battements tendus (выведение ноги на носок).

Battements tendus jetes (маленькие броски).

Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).

Подготовка к маленькому каблучному.

Подготовка к «веревочке», «веревочка».

Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).

Grand battements jetes (большие броски).

Releve (подъем на полупальцы).

Port de bras.

Подготовка к «молоточкам».

Притопы, ритмический рисунок .

Подготовка к полуприсядкам и присядкам.

Прыжки с поджатыми ногами.

Прыжки с поджатыми ногами с поворотом на 45 градусов

**Раздел 4. Основные шаги и движения Русского народного танца (9 часов)**  
**Теория (1 час)**

Упражнения на середине зала развивают технику ног, гибкость корпуса, пластичность рук. Несложные комбинации двух трёх движений подготавливают учащегося к овладению

формой, и стилем народно-характерного танца и к усложнённым комбинациям, развивающим координацию движений всего тела и выразительность танца.

### **Практика(8 часов)**

Русский народный танец. Перетопы тройные. Простой (бытовой) шаг. Простой русский шаг.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции «Гармошка». «Елочка». Припадание в сторону по 3-й свободной позиции. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции.

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям). «Веревочка» простая. «Ковырялочка» с двойным притопом.

Дробный «Ключ» простой (с переступаниями). Белорусский народный танец.

Элементы танца «Крыжачок». Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные.

Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.

Основной ход «Крыжачок». Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.

Шаг с ударом каблучка Па-де - баск. Дробные движения

## **Предмет: Современный танец (1 год обучения)**

### **1 модуль «Азбука хореографии»**

На первом году обучения современного танца требуется особое внимание уделять работе на изоляцию и добиться подвижности каждого центра в отдельности. Кроме того, необходимо установить основные положения рук, ног и корпуса.

**Раздел 1. Вводное занятие.** Изучение *параллельных позиций ног, основные положения корпуса и рук (18 часов)*

На начальном этапе обучения заложить основы современного танца.

Развивать музыкальность посредством приобщения к классической музыке, джазовой музыке и авангардным музыкальным направлениям.

**Теория (2 час)** Пояснение понятия «Современный танец». Показ основных элементарных позиций рук и ног, постановка корпуса, головы.

### **Практика (16 часов)**

Истоки развития современного танца

Понятие техники современного танца.

Особенности постановки ног, корпуса, рук. Координация движения и дыхания

Координация рук в современном танце

Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. Диагонали.

Взаимосвязь ритма дыхания, импульса движения и темпа ритма танца.

Понятие центральной оси тела

Взаимодействие с гравитацией

Ras de bourrée (музыкальный размер: 3/4; 2/4; 4/4.

Комбинации на освоение позиций.

Стелящий шаг с корпусом.

Перенос тела в движение

Понятие центра. Центр и периферия

Концепция восприятия тела

Использование веса тела при движении.

Использование силы инерции

Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down roll up  
Flat back Arch

## ***Раздел 2. Изучение движений изолированных центров, техника и координация их исполнения (18 часов)***

Посредством изолированных центров освободить учащихся от общей зажатости, скованности, психофизических комплексов. Развить стремление к самовыражению.

Воспитывать философское отношение к движению в целом, что предполагает осмысленное действие в процессе овладения техническими навыками.

### ***Теория (2 час) Знакомство со своим телом, центром, осью***

#### ***Практика (16 часов)***

Изучение основных движений корпуса в положение сидя. Повороты и другие движения корпуса. Изучение перекатов в положении лежа и сидя на полу

Изучение кувыркков и перекатов назад и вперед.

Свинг. Другие варианты движений. Изучение основных движений корпуса в положении стоя.

Curve – наклон верха корпуса вперед Side – наклон верха корпуса в сторону

Arch – наклон верха корпуса назад. Rollup – возвращение в вертикальное положение

Основные виды движения swing. Flatback – наклон с прямой спиной вперед и вперед по диагонали

Contraction – сжатие, сокращение, движение центра корпуса

Специфика баланса на руках в современном танце, отличие от акробатических и гимнастических вариантов

Динамический баланс на двух руках. динамический баланс на одной руке. Изучение основных поз современного танца.

LevelT – поза с ногой, открытой в сторону, и наклоном корпуса

Parallelarabesque – поза, в которой корпус и рабочая нога образуют горизонтальную линию

Повороты и наклоны головы + Sundari Руки движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).

Движения плечами: -(подъем одного-двух поочередно вверх, движение плеч вперед-назад, твист плеч (изгиб) ,резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.), "восьмерка" - круги поочередно, шейк плеч. \_

Движение грудной клеткой (диафрагмой): - из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание. Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.)

Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх Поза коллапса

Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении

Изучение падений (варианты падений в сторону, вперед, назад)

## **Предмет : Классический танец (2 год обучения)**

### **1 модуль «Азбука хореографии»**

#### ***Раздел 1 Экзерсис у станка.(24 часа)***

##### ***Теория (2 часа)***

Понятие «красота» в применении к искусству танца. Беседа с показом видеоматериала о балете.

##### ***Практика (22 часа )***

В этом разделе дополняются сведения о классическом экзерсисе и перевод французских выражений. Тренируется суставно-мышечный аппарат ребенка. К уже пройденному материалу добавляется новый. Развитие внимания при освоении несложных ритмических

комбинаций, проверка точности и чистоты исполнения пройденных движений, выработка устойчивости на середине зала, дальнейшее развитие силы и выносливости за счет ускорения темпа и увеличения нагрузки в упражнениях, освоение более сложных танцевальных элементов, совершенствование техники, усложнение координации, развитие артистичности, чувства позы.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

1. Постановка корпуса по IV позиции.
2. Battements tendus: double battements tendus; - в позах (croisee, efface, ecarte).
3. Battements tendus jete: balancoire; в позах (croisee, efface, ecarte).
4. Rond de jambe par terre на demi plie.
5. Battements fondu с plie releve во всех направлениях.
6. Battements soutenu в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.
7. Battements double frappe в сторону, носком в пол на всей стопе.
8. Pas coupe: на полупальцах.
9. Pas tombe с фиксацией ноги в положении sur le cou de pied на месте.
10. Battements releve lent на 90° в позах.
11. Battements developpe во всех направлениях лицом к станку; боком к станку.
12. Grand battements jete в больших позах (croisee, efface, ecarte).

## ***Раздел 2. Экзерсис на середине класса (24 часа)***

***Теория (2 часа).*** Основные приемы развития движений классического танца на середине зала.

***Практика (22 часа).*** Продолжение работы над приобретенными навыками: выработки правильности и чистоты исполнения, воспитание умения гармонично сочетать движения ног, корпуса, рук и головы для достижения выразительности, и осмысленности танца.

Рекомендуемый список изучаемых движений:

1. Battements tendus во всех направлениях в малых позах, в сочетании с pour le pied и demi plie.
2. Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с rique.
3. Battetnents fondu во всех направлениях носком в пол.
4. Battements frappe во всех направлениях носком в пол.
5. Battetnents releve lent на 90о во всех направлениях в сочетаниях с passe.
6. Battetnents developpe в сторону.
7. Grand battements jete во всех направлениях.
8. II Форма port de bras.

## ***Раздел 3. Методика и техника исполнения на середине класса, allegro (24 часа)***

***Теория (2 часа)*** . Определение понятия «поза классического танца» как фактор развития движений классического танца. Определение форм поз классического танца: малых, средних, больших. Виды поз классического танца: «croisé», «effacé et ecarté».

Allegro – выразительное средство классического танца. Классификация прыжков по формам, группам, видам и их разновидности. Формы прыжков: малые, средние и большие. Группы прыжков: с двух ног на две; с двух ног на одну; с одной ноги на две; с одной ноги на другую; на одной ноге. Технология прыжка: толчек, взлет, завершение. Роль и значение demi-plié в технике исполнения прыжка. Согласованность движений головы, рук, корпуса и ног – основное условие грамотного и выразительного прыжка. Определение понятия «подхват» в технологии исполнения больших прыжков. Элевация и баллон как средство достижения виртуозности исполнения движений allegro. Особенность темповой структуры исполнения прыжков.

### ***Практика (22 часа)***

Рекомендуемый список изучаемых движений

1. Battements tendus во всех направлениях в малых позах, в сочетании с pour le pied и demi plie.
2. Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с rique.
3. Battements fondu во всех направлениях носком в пол.
4. Battements frappe во всех направлениях носком в пол.
5. Battements releve lent на 90° во всех направлениях в сочетаниях с passe.
6. Battements developpe в сторону.
7. Grand battements jete во всех направлениях.
8. II Форма port de bras.

### ALLEGRO

1. Pas echange.
2. Pas assemble в сторону: у станка и на середине.
3. Sissone simple en face: у станка и на середине
4. Grand changement de pied.

## **Предмет : Народный танец (2 год обучения)** **1 модуль «Азбука хореографии»**

### **Раздел 1. Экзерсис у станка(24 часа)**

**Теория (2 часа)** Изучение основных элементов экзерсиса у станка. Знакомство обучающихся с национальными особенностями русского народного танца, а также с их основными элементами, с акцентом на технику исполнения и выразительность.

#### **Практика (22 часа)**

- Demi- plies и grand-plies (полуприседания и полные приседания).
- Battements tendus (скольжение стопой по полу).
- Battements tendus jetes (маленькие броски).
- Pas tortille (развороты стоп).
- Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).
- Маленькое каблучное.
- Большое каблучное.
- «Веребочка».
- Подготовка к battements fondus.
- Developpe.

### **Раздел 2. Элементы движения русского народного танца по кругу, диагонали и в парах(24 часа)**

**Теория (2 часа)** Изучение принципов и техники выполнения упражнений на середине зала с целью укрепления мышц тела, выработки устойчивости; освоение характера исполнения движений с акцентом на эмоциональность и выразительность. Изучение правил и техники ансамблевого исполнения: синхронность, чёткость, правильность, характерность, эмоциональность. Взаимодействие в паре.

#### **Практика(22 часа)**

- Шаги на подскоках с продвижением вперед по диагонали.
- Притопы. Перетопы тройные. Простой (бытовой) шаг. Простой русский шаг.
- Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции. «Гармошка». «Елочка».
- Припадание в сторону по 3-й свободной позиции. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции.
- припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали



Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.

Шаг с ударом каблучка Па-де - баск. Дробные движения

Простые подскоки с хлопками и поклонами. Простые подскоки в повороте парами под руки.

Боковое «припадание»: с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.

Боковое «припадание»: с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги. «Маталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.

«Веребочка»: с двойным ударом полупальцами, «Веребочка» простая с поочередными переступаниями

«Ковырялочка» с притопами. «Ключ» простой в Народном танце

Дробные движения простая дробь на месте, Дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.

### ***Раздел 3. Элементы и движения белорусского народного танца «Крыжачок» (8 часов)***

***Теория (2 часа)*** Разбор музыкального материала, танцевальной лексики. Особенности исполнительской культуры.

#### ***Практика (6 часов)***

Элементы танца «Крыжачок». Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные.

Основной ход «Крыжачок». Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.

Дробный «Ключ» простой (с переступаниями). Белорусский народный танец.

Координация танцевальных элементов в этюд

### ***Раздел 4. Постановка танцевальных композиций (16 часов)***

***Теория (2 часа)*** Правильность исполнения движений и элементов, входящих в композицию.

***Практика (14 часов)*** Разучивание движений, составление композиций состоящие из более сложных элементов. Подбор композиционного материала.

Русский народный танец. Элементы танца. Бытовой шаг с притопом. Шаркающий шаг: а) каблуком по полу. б) полупальцами по полу. Переменный шаг: а) с притопом и продвижением вперед и назад. «Девичий ход» с переступаниями

Украинский народный танец. Элементы танца. Позиции и положения ног в Украинском танце

Положения рук в парном и массовом танце. Выхилястник» (ковырялочка):

Ритмические выстукивания с чередованием с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов

«Голубец» на месте и с продвижением в сторону. Вращения.

Координация танцевальных элементов в танцевальной композиции.

Постановка танцевального номера

### **Предмет: Современный танец (2 год обучения)**

#### ***1 модуль «Азбука хореографии»***

На втором году обучения современного танца требуется особое внимание уделять работе на изоляцию и добиться подвижности каждого центра в отдельности, включающие движения изолированных центров, шаги, использование различных способов вращений и прыжков.

### ***Раздел 1. Работа над комплексными изоляциями частей тела. (18 часов)***

***Теория (2 час)*** Пояснение понятия «Изоляция» рук и ног, постановка корпуса, головы,

плечи, грудная клетка, пелвис (тазобедренный сустав)

**Практика (16 часов)**

«Изоляция» Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги. Движения выполняются вперед-назад, из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

«Изоляция» Плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги, круги.

«Изоляция» Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.

«Изоляция» Пелвис (тазобедренный отдел): крест, квадрат, полукруги, «восьмерка».

«Изоляция» Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции.

«Изоляция» Ноги: движение изолированных ареалов (стопа, голеностоп), переводы стоп из параллельного в выворотное положение.

«Изоляция» Упражнения для позвоночника. Flat back, Twist и спираль.

Contraction, release. Release (расширение, сжатие)

Roll down, roll up, Flat back, Arch

**Раздел 2. Построение и разучивание эзерсиса на середине зала. (18 часов)**

**Теория (2 час)** Знакомство с терминологией эзерсиса у станка

**Практика (16 часов)**

Plie по параллельным и развернутым позициям. Battement tendu / brush. Battement jeté / brush. Ronde de jambe. Swings. Battement fondu. Adagio. Grand battement jeté / swings.

**Раздел 3. Импровизация. Постановка танцевальной композиции**

**Теория (2 часа)** Понятие импровизация. Рисунок танца.

**Практика (34 часов)**

Освоение пространства. Передвижение в пространстве.

Партнеринг. Комбинация на полу.

Уровни. Смена уровней: нижний партер, средний, верхний воздух(прыжки)

Импровизация. Шаги с ощущением веса тела. Шаги со скольжением

Импровизация. Падение на бедро. Падение на бок.

Импровизация. Перекаты из стороны в сторону. Перекат с шага, с прыжка.

Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с образами.

Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с предметом

Постановка танцевальной композиции. Экспозиция.

Танцевальная композиция. Завязка. Отработка

Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.

Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере. Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.

Репетиция танцевальной композиции. Техника движения

Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.

Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.

**Предмет: Классический танец (3 год обучения)**

**1 модуль «Азбука хореографии»**

**Раздел 1. Методика и техника исполнения комбинаций в эзерсисе у станка (24 часов)**

**Теория (2 часа)** Усложнение пройденного материала и изучение более сложных движений и терминологии

**Практика (22 часа)** В целом требования совпадают с 3 годом обучения , но с учетом усложнения программы: продолжается работа над выработкой правильности и чистоты

исполнения, закреплением освоения хореографической грамоты, переходом к элементам будущей танцевальности. Больше внимания уделяется развитию силы стопы за счет увеличения упражнений на полупальцах и пальцах, развитию устойчивости, силы ног путем увеличения количества повторов изучаемых движений, развитию различных мышц тела в исполнении одного движения.

Экзерсис исполняется по 3 позиции, позднее заменяется 5 позицией.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

Demi plie по IV позиции; - grand plie по IV позиции .

Demi rond de jambe на  $45^{\circ}$  en dehors, en dedans, на demi plie.

Battements fondu с plie - releve с выходом на полупальцы.

Battements double frappe с окончанием в demi plie.

Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги в положении sur le cou de pied,

Battements developpe с окончанием в demi plie.

III форма port de bras с вытянутой ногой назад (растяжка) .

Поворот soutenu на  $360^{\circ}$ .

Preparation к pirouette sur le cou de pied из V позиции.

Grand battements jete с pointee.

## ***Раздел 2. Экзерсис на середине класса и техника исполнения (24 часов)***

### ***Теория (2 часа)***

***Практика (22 часа)*** Продолжить работу над скоординированным исполнением изучаемых движений.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

Понятие arabesque (I, II, IV): изучение I, II, III arabesque.

Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.

Battements tendu jete в позах в сочетании с balancoire

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.

Battements fondu в сочетании с soutenu и demi plie во всех направлениях

Battements frappe во всех направлениях на  $45^{\circ}$  в позах.

Battements releve lent и battements developpe

Temps lie par terre en dehors et en dedans:

temps lie par terre с перегибом корпуса.

Grand battements jete с pointee в позах.

Grand battements jete balancoire

## ***Раздел 3. Разучивание сложных, больших прыжков у станка и на середине (24 часов)***

***Теория (2 часа)*** Пополнить понятийный аппарат классического танца .

***Практика (22 часа)*** Необходимо начать работу над техническим исполнением упражнений в ускоренном темпе и развитию танцевальности.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

Temps leve saute по I, II, V позициям с продвижением вперед, в сторону, назад.

Changement de pied en tournant на  $1/8$ ,  $1/4$ ,  $1/2$  поворота.

Pas echarpe en tournant на  $1/4$  поворота.

Pas assemble вперед, назад.

Pas jete en face.

Temps leve с фиксацией ноги на sur le cou de pied.

Pas glissade в сторону.

Sissone tombe.

Pas chasse вперед.

Sissone ferme в сторону.

Sissone ferme вперед и назад

**Предмет: Народный танец (3 год обучения)**  
**1 модуль «Азбука хореографии»**

**Раздел 1. Экзерсис у станка (18 часов)**

**Теория (2 часа)** Изучение более сложных элементов экзерсиса у станка. Техника исполнения и выразительность.

**Практика (16 часов)**

Plie (плавные и резкие)

Battement tendu с выносом рабочей ноги на каблук;

Battement tendu jete с одновременным ударом каблуком опорной ноги в demi plie, battement tendu jete balancoirs.

Rond de jambe par terre. Rond de pied; Pas tortelle одинарное; pas tortelle ударное

Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к «верёвочке» с подъёмом на полупальцы; «Верёвочка» с переборами

Flik-flak по I прямой позиции; flik-flak по IV позиции

Battement fondu на 45 градусов; с подъёмом на полупальцы;

Battement devloppe на 90 градусов с одним ударом каблуком опорной ноги в demi plie

**Раздел 2. Освоение технических приемов для прыжков и вращений (18 часов)**

**Теория (2 часа)** Правила исполнения прыжков: положение рук, ног, корпуса и головы; умение держать натянутым корпус в момент поворота вокруг своей оси; музыкальная раскладка (темп, характер исполнения).

Понятие «вертикальности» корпуса во вращениях движение головы на «точку»; умение сохранять равновесие во время поворота.

**Практика (16 часов)**

прыжки с обеих ног с поворотом на 90 и 180 градусов;

прыжки с обеих ног по VI позиции с поджатыми ногами;

прыжки с обеих ног с поворотом на 180 и 360 градусов.

повороты по I прямой позиции ног на полупальцах, на каблуках с подготовкой; повороты на месте по I прямой позиции на полупальцах, на каблуках подряд;

дробь простая и двойная в повороте;

вращения по диагонали: полька, шаг-подскок, бег;

«обертас» с подготовкой

вращение «насос» с подготовкой;

**Раздел 3. Основные элементы народных танцев (12 часов)**

**Теория (2 часа)** Изучение правил и техники ансамблевого исполнения: синхронность, чёткость, правильность, характерность, эмоциональность. Взаимодействие в паре. Изучение

композиционного материала, подразделяющегося на партии: мужские - хлопушки, переступания, присядки и женские - выстукивания, дроби, вращения.

**Практика (10 часов)**

Port de bra для рук;

«Маятник» с подскоком на всей стопе;

«Верёвочка» с двойным ударом;

Переборы с ударами полупальцами;

Присядка «Метёлочка»; Присядки; Хлопушки.

**Раздел 4. Постановка танцевальных композиций (24 часа)**

**Теория (2 часа)** Разбор музыкального материала, танцевальной лексики. Особенности исполнительской культуры

Практика (22 часа)

Танцы Прибалтийских Республик. Простые подскоки, белорусская полька. Украинский народный танец. Элементы танца. Позиции и положения ног в Украинском танце

Положения рук в парном и массовом танце. Выхиястник» (ковырялочка):

Этюд на основе движений русского танца «Барыня»;

разучивание элементов русского танца;

комбинации на русском или прибалтийском материале;

этиюд на русском или прибалтийском материале

Русский танец «Яблочко »

Разновидность хороводных шагов

ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боко-вых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с от-скоком и перескокама.

Постановка этюда на пройденном материале

### **Предмет: Современный танец (3 год обучения)**

#### ***1 модуль «Азбука хореографии»***

Этот раздел включает в себя два направления современного танца: джаз и модерн. На третьем году обучения современного танца требуется особое внимание уделять работе на выработку навыков правильности и чистоты исполнения, дальнейшее развитие силы и выносливости.

Используются новые технические понятия, где главным требованием является использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений. экзерсис на середине зала и дорожки, шаговые комбинации с элементами пройденного материала, которые исполняются по диагонали из угла класса.

#### ***Раздел 1. Экзерсис на середине, партнерные перекаты, кросс с элементами гимнастики. (36 часов)***

***Теория (2 час)*** Повторение терминологии экзерсиса у станка. Основные понятия партера.

***Практика (34 часов)*** Проработка стопы по позиции «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций ног с одновременной усложненной работой корпуса через контракцию и релиз

Demi- и grand-plie по параллельным и развернутым позициям.

Battement tendu / flex-point

Battement jeté / flex-point

Ronde de jambe с добавлением грудной клетки

Swings. Вперед, в сторону, с добавлением ноги на passe

Battement fondu по параллельным и развернутым позициям.

Adagio по параллельным и развернутым позициям.

Grand battement jeté / swings в продвижении и с наклоном корпуса.

Flat back вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом.

Twist и спираль. Deep body bend.

Contraction, release. Положения arch, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая.

Шаги по квадрату. Шаги со сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.

Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.

Триплеты с перемещением вперед, назад.

Pas de bourree в продвижении вперед  
Прыжки: hop, jump, leap.  
Зачет

**Раздел 2. Постановочная работа танцевальных номеров и импровизация. (36 часов)**

**Теория (2 часа)** Рисунок танца. Понятие импровизация.

**Практика (34 часов) Взаимосвязь в паре, соло, трио, квартет, ансамбль.**

Взаимосвязь в паре. Передвижение в пространстве.

Соло. Партнеринг. Самовыражение.

Трио. Смена уровней: нижний партер, средний, верхний воздух(прыжки)

Импровизация в кругу. Шаги с ощущением веса тела.

Импровизация в линии. Контактная импровизация. Падение на руки.

Импровизация по диагонали. Шаги и прыжки.

Этюдная работа в паре. Работа в дуэте.

Этюдная работа соло. Работа с предметом

Проучивание движений и комбинаций к танцевальной композиции.

Постановка танцевальной композиции. Экспозиция. Завязка. Отработка

Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.

Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере. Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.

Репетиция танцевальной композиции. Техника движения

Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.

Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.

**Предмет: Классический танец (4 год обучения)**

**1 модуль «Азбука хореографии»**

**Раздел 1. Экзерсис у станка (18 часов)**

**Теория (2 часа)** Последовательность движений классического танца. Темп, характер музыкального материала по оформлению движений классического танца. Музыкальный материал – импровизация.

**Практика (16 часов)** Продолжается работа над пластичностью и выразительностью рук, а также их активностью и точностью координации при исполнении больших поз и туров, над точностью и чистотой исполнения пройденных движений.

Создание танцевальных комбинаций адажио, аллегро и на пальцах на готовый музыкальный материал, развития виртуозности и артистичности, увеличение нагрузки в adagio и усложнение его строения, освоение более сложных танцевальных элементов, развитие артистичности, манерности, чувство позы.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

Demi plie и grand plie с рукой en dehors. en dedans.

Battements tendu pour batterrie (как подготовка к заноскам).

Battements tendu jete в сочетании с pour le pied, pique, balansoire

Flic-flac..

Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги носком в пол; фиксация ноги на 45 гр.

Rond de jambe en l air en dehors, en dedans в первоначальной раскладке ; и в конечной раскладке

Battements soutenu на 45 гр во всех направлениях..

Battements frappe с окончанием в demi plie носком в пол и поворотом в малые позы.

**Раздел 2. Экзерсис на середине. Позы классического танца класса (на полупальцах)**

**Подготовка к пируэтам (18 часов)**

**Теория (2 часа)** Основные приемы развития движений классического танца на середине зала. Определение форм поз классического танца: малых, средних, больших. Виды поз классического танца: «croisé», «effacé et ecarté». Классификация поз классического танца. Определение понятий «канонические» и «неканонические» позы классического танца. Методика и приёмы исполнения поз классического танца. «Temps lié» как основное движение, его виды. Приемы и технология исполнения движений классического танца на полупальцах. Системный подход к процессу овладения техникой устойчивости. Классификация вращений по формам, группам, видам и их разновидностям, характеру. Устойчивость как основной элемент техники исполнения вращений. Приемы и технология исполнения вращения: вращательный толчок, вращение, завершение вращения. Отличительные особенности темпового и количественного исполнения вращений. Роль и значение preparations в технологии изучения вращений.

**Практика (16 часов)** Исполнение движений на середине зала на полупальцах, как главная составляющая образовательного процесса. Основные малые позы (обе ноги на полу). Основные большие позы (одна нога на полу, другая на воздухе). . Функции классического экзерсиса. Руки как «речевое» средство поз классического танца. Определение понятия «ведущая и ведомая рука». Последовательность движений классического танца . Вариативность последовательности движений классического танца. Темп, характер музыкального материала по оформлению движений классического танца.

Рекомендуемый список изучаемых движений :

Battements fondu с plie-releve на всей стопе с фиксацией ноги на 450с demi rond на 450 en dehors, en dedans.

Battements double frappe с окончанием в demi plie и фиксацией ноги носком.

Battements developpe в больших позах в сочетании с arabesgue.

Preparation к pirouette с IV позиции.

Tours chaines.

Preparations к pirouettes en dehors et en dedans с V, IV позиции.

Preparations к pirouettes en dehors et en dedans со II позиции

Виды поз классического танца: «croisé», «effacé et ecarté».

### **Раздел 3. Методика и техника исполнения allegro(18 часов)**

**Теория (2 часа)** Роль и значение demi-plié в технике исполнения прыжка. Определение понятия «подхват» в технологии исполнения больших прыжков. Элевация(высокий прыжок) и баллон как средство достижения виртуозности исполнения движений allegro. Особенность темповой структуры исполнения прыжков.

**Практика(16 часов)** Классификация прыжков по формам, группам, видам и их разновидности. Формы прыжков: малые, средние и большие. Группы прыжков: с двух ног на две; с двух ног на одну; с одной ноги на две; с одной ноги на другую; на одной ноге. Технология прыжка: толчек, взлет, завершение.

Рекомендуемый список изучаемых движений:

Pas echappe battu

Double assemble.

Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade

Sisson fermee вперед в I arabesque

Заноски entrechat catre, royle.

Sisson ouverte на 450 во всех направлениях.

Pas de chat.

Tour en l` air no I позиции

### **Раздел 4. Постановка этюдов на основе выученного материала (18 часов)**

**Теория (2 часа)** Технология построения формы танцевальной комбинации. Особенность построения танцевальных комбинаций на середине зала: *adagio*, *allegro*, вращений и т.д. Построение учебной формы танцевальной комбинации во взаимодействии с музыкальным материалом (8–16 тактов). Анализ структуры учебного примера. Выявление ошибок, их корректировка. Терминология классического танца.

**Практика (16 часов)** Подбор музыкального материала для сочинения учебной танцевальной комбинации. Консультативная работа с концертмейстером по подбору музыкального материала для сочинения учебной формы танцевальной комбинации, в соответствии с ритмом, темпом, характером. Определение цели и задач формы танцевальной комбинации в структуре учебных занятий: в экзерсисе у станка, на середине зала, *adagio*, *allegro* и т.д. Задания на логику комбинирования движений классического экзерсиса. Задания на использование законов динамического развития движений классического танца в процессе работы. Выявление ошибок, их корректировка. Составление словаря терминов классического танца.

Примерный перечень к работе:

Задания на логику комбинирования движений классического экзерсиса.

Считание ,перестроение рисунка в танце на основе классического шага

Отработка этюдов .Выявление ошибок и их корректировка.

Отработка танцевальных поз и использование их в танцевальном этюде.

Постановка хореографических номеров.

Творческая работа на музыку П.И Чайковского

Классический танцевальный этюд на вальс Штрауса

## **Предмет: Народный танец (4 год обучения)**

### **1 модуль «Азбука хореографии»**

Материал изучается с учетом последовательного освоения теоретического и практического курса по принципу «от простого к сложному».

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народно-сценическим танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

В содержание входят следующие виды учебной работы:

-изучение учебной терминологии;

-ознакомление с элементами и основными комбинациями народно-сценического танца;

-ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

### **Раздел 1. Экзерсис у станка (24 часа)**

**Теория (-)** Изучение более сложных элементов экзерсиса у станка. Техника исполнения и выразительность. Проучивание выстукивания в испанском характере.

### **Практика (24 часа)**

Plie (плавные и резкие)

Battement tendu с выносом рабочей ноги на каблук;

Каблучное крестом

Battement tendu jete с одновременным ударом каблуком опорной ноги в demi plie, battement tendu jete с выносом ноги на пятку.

Rond de jambe par terre. Rond de pied; Pas tortelle одинарное; pas tortelle ударное

Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к «верёвочке» с подъёмом на полупальцы;

Flik-flak по I прямой позиции; flik-flak по IV позиции

Battement fondu на 45 градусов; с подъёмом на полупальцы;

Выстукивание по VI позиции.



Battement developpe на 90 градусов с одним ударом каблуком опорной ноги в demi plie  
Grand battement на 90 градусов и выше

## ***Раздел 2. Работа над движениями русского танца. Дробные движения и ритмический рисунок (14 часов)***

***Теория (2 часа)*** Правила исполнения дробей: положение рук, ног, корпуса и головы; умение держать натянутым корпус в момент дроби на месте, держать позицию в ногах; музыкальная раскладка (темп, характер исполнения).

### ***Практика (12 часов)***

Двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ноги.

Синкопированные проскальзывания с приведением ноги на retere у колена невыворотное.

Двойная дробь с «ускорением»,

Двойная дробь с притопами и разворотами корпуса.

Двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце.

«Ключ» с использованием двойной дроби.

## ***Раздел 3. Вращение и верчение на месте и по диагонали (14 часов)***

### ***Теория (2 часа)***

Понятие «вертикальности» корпуса во вращениях движение головы на «точку»;

умение сохранять равновесие во время поворота

### ***Практика (12 часов)***

прыжки с обеих ног с поворотом на 180 и 360 градусов.

«обертас» с подготовкой

Вращение «Припадание» на точку 1/8, 1/4, 1/2,

Вращения «Андеор» и «Андедан

Вращения «Обертас»

Диагональ: Шене, блинчики, русский бег

## ***Раздел 4. Постановка танцевальных композиций (20 часов)***

Изучение правил и техники ансамблевого исполнения: синхронность, чёткость, правильность, характерность, эмоциональность, артистизм. Взаимодействие в паре.

Изучение композиционного материала, подразделяющегося на партии

***Теория (2 часа)*** Разбор музыкального материала, танцевальной лексики. Особенности исполнительской культуры

### ***Практика (18 часа)***

Итальянский народный танец. Позиции и положения ног в Итальянском танце.

Элементы Итальянского танца в продвижении рисунка.

Положения рук в парном и массовом танце. «Тарантелла»

Этюд на основе движений итальянского танца «Тарантелла»

Элементы Испанского танца в продвижении рисунка.

Разновидность zarateado. Позиции и положения ног в Испанский танец.

Элементы Испанского танца в продвижении рисунка.

Положения рук в парном и массовом танце. «Арагонская хота»

Этюд на основе движений «Арагонская хота»

Постановка этюда на пройденном материале.

## ***Предмет: Современный танец (4 год обучения)***

### ***1 модуль «Азбука хореографии»***

Танец модерн - это вид хореографии, возникший благодаря классической хореографии, вся база по стилю танца классического модерна состоит из балетной базы. Стиль классический модерн несет в себе четкие линии рук и ног, все классические позиции

выполняются так же, как и в балете, только в некоторых моментах встречаются параллельные, а не развернуты линии.

### **Раздел 1. Техника изучения классического модерна (8 часов)**

**Теория (2 часа)** Пояснение понятия «Модерн» и классический модерн. Положение рук и ног, постановка корпуса, головы, плечи.

**Практика (6 часов)** Классический модерн строится на основе классического танца (положение головы, позиции рук и ног)

Arche Арч «арка» Положение торса с руками на 3-ю поз.( классический вариант) в поинте, позвоночник прогнут больше назад. Здесь применение позиции «арч», я сопоставляю с «аркой» в руках.

Slides Слайд (скольжение) Ровное скольжение на нагруженной ноге или обеих ногах одновременно. Движение начинается от бедер наружу с согнутыми коленями, и поза коллапс сохраняется.

Step ball chinch Степ болл ченч. Шаг, полупальцы, перемена, движение аналогично па де буре классического танца.

### **Раздел 2. Построение и разучивание экзерсиса на середине зала. (10 часов)**

**Теория (2 часа)** Знакомство и повторение терминологии экзерсиса на середине.

**Практика (8 часов)** Разогрев мышечного аппарата, следить за техникой исполнения и музыкальностью.

Grand-Plie и demi-plie по параллельным и развернутым позициям.

Battement tendu / brush. Battement jeté / brush. Flex-point

Ronde de jambe. Battement fondu по параллельным и развернутым позициям.

Adagio по параллельным и развернутым позициям.

Grand battement jeté / swings. Добавляем шаги и наклон корпуса.

### **Раздел 3. Комбинации и танцевальные связки на середине класса на месте и в продвижении (10 часов)**

**Теория (2 часа)**

**Практика (8 часов)**

Flat step

Camel walk (верблюжья ходьба)

Latin walk. Шаг, при котором тяжесть корпуса на одной ноге, другая нога свободна.

Шаги в рок-манере. Вращение как способ передвижения в пространстве

Кроссовые комбинации. Обычно в уроке используются сочетания из нескольких шагов, прыжки и вращения, которые исполняются по диагонали класса с активным продвижением вперед.

### **Раздел 4. Изучение техники движений танца Афроджаз (10 часов)**

**Теория (2 часа)** Истоки джаз-танца. Общие сведения

**Практика (8 часов)**

Джаз ходы (jazz walks): Flat jazz walk, bounce jazz walk, strut, brush step, harlem walk, prance jazz walk.

Движение ноги с передачей центра: flat step, stamp, bail step, heel step, balldrop, heeldrop,

Простые джаз вращения: walking turn трехшаговое, skirting turn, полу спираль, спираль.

Джаз бег прыжки: hop, skip, jump.

Джаз падения. Подготовка к падениям. Виды падений: на спину, на живот, в сторону.

### **Раздел 5. Постановочная работа (34 часов)**

**Теория (2 часа)** Рассказать о идеи и задумки номера.

**Практика (32 часов)**

Проучивание движений к танцу. Передвижение в пространстве.  
Позировки в танце. Комбинация на полу, на полной стопе, на полу пальцах.  
Импровизация на музыку современных исполнителей.  
Импровизация на музыку джаз исполнителей движение в пространстве.  
Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с образами.  
Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с предметом  
Постановка танцевальной композиции. Экспозиция.  
Танцевальная композиция. Завязка. Отработка  
Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.  
Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере.  
Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.  
Репетиция танцевальной композиции. Техника движения  
Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.  
Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.  
Оттачивание исполнительского мастерства.  
Стиль и манера в танце, внутреннее состояние.  
Зачет.

**Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий**  
**2.1 Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год**

Выходные дни: 04.11.2024 г., 01.01.2024 г., 07.01.2024 г., 23.02.2024 г., 08.03.2024 г., 01.05.2024 г., 09.05.2024 г.

Зимние каникулы: 26.12.2023 г. – 07.01.2023г.

Объем программы: 792 часа

Срок освоения программы: 4 года

Год обучения	Учебная группа	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий	Дата промежуточной аттестации	Форма промежуточной аттестации
1	1-1 Классический танец (Калинка-Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт
	1-1 Народный танец (Калинка-Азбука)			36	1	1 р по 1 часу		Отчетный концерт
	1-1 Современный танец (Калинка-Азбука)			36	1	1р по 1 часу		Отчетный концерт
2	2-1 Классический танец (Калинка-Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт
	2-1 Народный танец (Калинка-Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт

	2-1 Современный танец (Калинка- Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт
3	3-1 Классический танец (Калинка- Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт
	3-1 Народный танец (Калинка- Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт
	3-1 Современный танец (Калинка- Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт
3	3-2 Классический танец (Калинка- Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт
	3-2 Народный танец (Калинка- Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт
	3-2 Современный танец (Калинка- Азбука)			36	2	1 р по 2 часа		Отчетный концерт

### Календарно-тематический план

**Календарно-тематический план на 2023-2024 учебный год  
Объединение -1-1 Классический танец (Калинка-Азбука)**

№ разде ла	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
1	<b>Основы классического танца .</b>	1	Изучение терминологии и техники исполнения экзерсиса у станка. Позиции ног: I, II, V.	2		
		2	Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras (I, II, III позиции рук).	2		
		3	Demi plie no I, II, V позициям.	2		
		4	Grand plie no I, II позиции.	2		
		5	Battements tendus из I позиции:	2		
		6	Passe par terre:	2		
		7	Battement tendu jete из I позиции во всех направлениях:	2		
		8	Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans.	2		
		9	Положение ноги sur le cou de pied: "условное",спереди и сзади	2		
		10	Battements frappe лицом к станку, носком в пол, в сторону во всех направлениях.	2		
		11	Battements frappe боком к станку, носком в пол во всех направлениях.	2		
		12	Battements fondu носком в пол во всех направлениях, лицом к станку; - боком к станку, носком в пол.	2		
		13	Preparation к rond de jambe par terre en dehors, en dedans.	2		
		14	Battements releve lent на 90о. во всех направлениях лицом к станку;( одной рукой за станок)	2		

		15	Понятие retire .	2		
		16	Grand battements jete из I позиции во всех лицом к станку	2		
		17	Releve no I, II, V позициям:	2		
		18	I Форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).	2		
2	Элементы партерных хореографических упражнений .Экзерсис на середине класса	1	Demi plie no I, II, V позициям	2		
		2	Battements tendu из I позиции во всех направлениях;	2		
		3	Battements tendu jete во всех направлениях из I позиции;	2		
<b>№</b>	<b>Название раздела</b>	<b>№</b>	<b>Название темы занятия</b>	<b>Количество</b>	<b>Дата проведения</b>	
<b>разде</b>				<b>часов</b>	<b>занятия</b>	
		4	Demi rond de jambe par terre;	2		
		5	Battements releve lent во всех направлениях на 45 °.	2		
		6	Grand battements jete из I позиции в первоначальной раскладке.	2		
		7	Releve no I, II, V позициям	2		
		8	Понятие epaulement (croisee, efface, ecarte) позы.	2		
		9	Итоговое занятие	2		
3	<b>Прыжки и их виды</b>	1	Temps leve saute no I, II , V позициям	2		
		2	Petit changement de pied.	2		
		3	Раз echappe в первой раскладке.	2		
		4	Шаг польки.	2		
		5	Прыжки по диагонали	2		
		6	Подскоки	2		
		7	Полька Лектка-Енька	2		
		8	Разножка и ее виды	2		
		9	Итоговое занятие	2		

**Объединение  
1-1 Народный  
танец  
(Калинка-  
Азбука)**

ла					по плану	по факту
1	<b>Введение в предмет. Понятие о темпе в народно-сценическом танце.</b>	1	Введение в предмет.	1		
		2	Понятие о темпе (умеренный, медленный, быстрый). Понятие о характере музыки (плавная, отрывистая, грустная весёлая)	1		
2	<b>Постановка корпуса, рук, позиций ног и головы. Изучение поклона</b>	1	Основные позиции рук в народно – сценическом танце.	1		
		2	Основные позиции ног в народно-сценическом танце	1		
		3	Основные положения и движения рук: ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись)	1		
		4	Простой поясной поклон на месте	1		
		5	Простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении	1		
		6	Русский поклон с продвижением	1		
		7	Апломб к народном танце	1		
3	<b>Экзерсис у станка</b>	1	Preparation к началу движения.	1		
		2	Переводы ног из позиций в позицию.	1		
		3	Demi plies, grand plies (полуприседания и полные приседания).	1		
		4	Battements tendus (выведение ноги на носок).	1		
		5	Battements tendus jetes (маленькие броски).	1		



		6	Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).	1		
		7	Подготовка к маленькому каблучному.	1		
		8	Подготовка к «веревочке», «веревочка».	1		
		9	Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).	1		
		1	Grand bettements jetes (большие броски).	1		
		2	Releve (подъем на полупальцы).	1		
		3	Port de bras.	1		
		4	Подготовка к «молоточкам».	1		
		5	Притопы, ритмический рисунок .	1		
		6	Подготовка к полуприсядкам и присядкам.	1		
		7	Прыжки с поджатыми ногами.	1		
		8	Прыжки с поджатыми ногами с поворотом на 45 градусов	1		
		9	Итоговое занятие	1		
4	<b>Основные шаги и движения Русского народного танца.</b>	1	Русский народный танец. Перетопы тройные. Простой (бытовой) шаг. Простой русский шаг.	1		
		2	Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции «Гармошка». «Елочка». Припадание в сторону по 3-й свободной позиции. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции.	1		
		3	Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям). «Веревочка» простая. «Ковырялочка» с двойным притопом.	1		

		4	Дробный «Ключ» простой (с переступаниями). Белорусский народный танец.	1		
		5	Элементы танца «Крыжачок». Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные.	1		
		6	Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.	1		
		7	Основной ход «Крыжачок». Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.	1		
		8	Шаг с ударом каблучка Па-де - баск. Дробные движения	1		
		9	Итоговое занятие	1		

## Объединение 1-1 Современный танец (Калинка-Азбука)

№ раздела	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
1	<b>Вводное занятие. Изучение параллельных позиций ног , основные положения корпуса и рук</b>	1	Истоки развития современного танца	1		
		2	Понятие техники современного танца.	1		
		3	Особенности постановки ног, корпуса, рук. Координация движения и дыхания	1		
		4	Координация рук в современном танце	1		
		5	Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. ---Диагонали.	1		
		6	Взаимосвязь ритма дыхания, импульса движения и темпо ритма танца. .	1		
		7	Понятие центральной оси тела	1		
		8	Взаимодействие с гравитацией	1		
		9	Pasdeboutée (музыкальный размер: 3/4; 2/4; 4/4.	1		
		10	Комбинации на освоение позиций.	1		
		11	Стелящий шаг с корпусом.	1		
		12	Перенос тела в движение	1		
		13	Понятие центра. Центр и периферия	1		
		14	Концепция восприятия тела	1		
		15	Использование веса тела при движении..	1		
		16	Использование силы инерции	1		
		17	Release (расширение, распространение) Contractions	1		

			(сосредоточение) Roll down, roll up Flat back Arch			
		18	Итоговое занятие	1		
2	<b>Изучение движений изолированных центров , техника и координация их исполнения</b>	1	Изучение основных движений корпуса в положение сидя. Повороты и другие движения корпуса. Изучение перекатов в положении лежа и сидя на полу	1		
		2	Изучение кувырков и перекатов назад и вперед.	1		
		3	Свинг. Другие варианты движений. Изучение основных движений корпуса в положении стоя.	1		
		4	Curve – наклон верха корпуса вперед Side – наклон верха корпуса в сторону	1		
		5	Arch – наклон верха корпуса назад. Rollup – возвращение в вертикальное положение	1		
		6	Основные виды движения swing. Flatback – наклон с прямой спиной вперед и вперед по диагонали	1		
		7	Contraction – сжатие, сокращение, движение центра корпуса	1		
		8	Специфика баланса на руках в современном танце, отличие от акробатических и гимнастических вариантов	1		
		9	Динамический баланс на двух руках. динамический баланс на одной руке. Изучение основных поз современного танца.	1		
		10	LevelT – поза с ногой, открытой в сторону, и наклоном корпуса	1		
		11	Parallelarabesque – поза, в которой корпус и рабочая нога образуют горизонтальную линию	1		
		12	Повороты и наклоны головы + Sundari Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча).	1		
		13	Движения плечами: -( подъем одного-двух поочередно вверх, движение плеч вперед-назад,твист плеч (изгиб) ,резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.),"восьмерка" - круги поочередно,шейк	1		

			плеч.		
		14	Движение грудной клеткой (иафрагмой: - из стороны в сторону; вперед-назад; подъем и опускание. Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.)	1	
		15	Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх Поза коллапса	1	
		16	Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении	1	
		17	Изучение падений (варианты падений в сторону, вперед, назад)	1	
		18	Итоговое занятие	1	

## Объединение 2-1 Классический танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
1	Экзерсис у станка	1	Постановка корпуса по IV позиции.	2		
		2	Battements tendus	2		
		3	Battements tendus jete: - balancoire;	2		
		4	Rond de jambe par terre на demi plie.	2		
		5	Battements fondu с plie releve во всех направлениях.	2		
		6	Battements soutenu в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.	2		
		7	Battements double frappe в сторону, носком в пол на всей стопе.	2		
		8	Pas coupe	2		
		9	Pas tombe с фиксацией ноги в положении sur le cou de pied на месте.	2		
		10	Battements releve lent на 90° в позах.	2		
		11	Battements developpe во всех направлениях	2		
		12	III форма port de bras как заключение комбинаций. Итоговое занятие	2		
2	Экзерсис на середине класса	1	Battements tendus во всех направлениях в малых позах,	2		
		2	Battements tendus в сочетании с pour le pied и demi plie.	2		
		3	Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с rique	2		
		4	Battements fondu во всех направлениях носком в пол.	2		
		5	Battements frappe во всех направлениях носком в пол.	2		
		6	Battements releve lent на 90° во всех направлениях в сочетаниях с passe.	2		
		7	Battements developpe в сторону.	2		
		8	Grand battements jete во всех направлениях.	2		

		9	II Форма port de bras.	2		
		10	Понятие и изучение arabesque (I, II, IV):	2		
		11	Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.	2		
		12	Battements tendu jete в позах в сочетании с balançoire, pique с фиксацией arabesque. Итоговое занятие	2		
<b>3</b>	<b>Методика и техника исполнения на середине класса, allegro</b>	1	Pas echange.	2		
		2	Pas assemble в сторону у станка и на середине	2		
		3	Sissorme simple en face у станка и на середине	2		
		4	Grand changement de pied	2		
		5	Releve по I, II, V, VI позициям: у станка и на середине	2		
		6	Pas echange: у станка и на середине	2		
		7	Pas assemble в сторону: у станка и на середине	2		
		8	Pas de bourre simple	2		
		9	Pas de bourre suivi у станка - на месте и с продвижением;	2		
		10	Sissonne simple	2		
		11	Pas couru по диагонали на середине зала.	2		
		12	Итоговое занятие	2		

## Объединение 2-1 Народный танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
1	Экзерсис у станка	1	Demi- plies и grand-plies (полуприседания и полные приседания).	2		
		2	Battements tendus (скольжение стопой по полу).	2		
		3	Battements tendus jetes (маленькие броски).	2		
		4	Pas tortille (развороты стоп).	2		
		5	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).	2		
		6	Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).	2		
		7	Маленькое каблучное.	2		
		8	Большое каблучное.	2		
		9	IX. «Веревочка».	2		
		10	Подготовка к battements fondus.	2		
		11	Developpe.	2		
		12	Итоговое занятие	2		
2	Элементы движения русского народного танца по кругу, диагонали и в парах	1	Шаги на подскоках с продвижением вперед по диагонали.	2		
		2	Притопы. Перетопы тройные. Простой (бытовой) шаг. Простой русский шаг.	2		
		3	Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции. «Гармошка». «Елочка». Припадание в сторону по 3-й свободной позиции. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции.	2		
		4	припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали	2		



		5	Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.	2		
		6	Шаг с ударом каблучка Па-де - баск. Дробные движения	2		
		7	Простые подскоки с хлопками и поклонами. Простые подскоки в повороте парами под руки.	2		
		8	Боковое «припадание»: с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.	2		
		9	Боковое «припадание»: с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги. «Маталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.	2		
		10	«Веревочка»: с двойным ударом полупальцами, «Веревочка» простая с поочередными переступаниями	2		
		11	«Ковырялочка» с притопами. «Ключ» простой в Народном танце	2		
		12	Дробные движения простая дробь на месте, Дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.	2		
<b>3</b>	<b>Элементы и движения белорусского народного танца «Крыжачок»</b>	1	Элементы танца «Крыжачок». Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные.	2		
		2	Основной ход «Крыжачок». Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.	2		
		3	Дробный «Ключ» простой (с переступаниями). Белорусский народный танец.	2		
		4	Координация танцевальных элементов в этюд	2		
<b>4</b>	<b>Постановка танцевальных композиций</b>	1	Русский народный танец. Элементы танца. Поочередное раскрытие рук (приглашение). Муз. разм. 2/4, 4/4. Бытовой шаг с притопом. Шаркающий шаг: а) каблуком по полу. б) полупальцами по полу. Переменный шаг: а) с	2		

			притопом и продвижением вперед и назад. «Девичий ход» с переступаниями			
		2	Украинский народный танец. Элементы танца. Позиции и положения ног в Украинском танце	2		
		3	Положения рук в парном и массовом танце. Выхилястник» (ковырялочка):	2		
		4	Ритмические выстукивания с чередованием с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов	2		
		5	« Голубец» на месте и с продвижением в сторону. Вращения.	2		
		6	Координация танцевальных элементов в танцевальную композицию.	2		
		7	Постановка танцевального номера	2		
		8	Итоговое занятие	2		

## Объединение 2-1 Современный танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
1	<b>Работа над комплексными изоляциями частей тела.</b>	1	«Изоляция» Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги. Движения исполняются вперед-назад, из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.	2		
		2	«Изоляция» Плечи: прямые направления, крест, полукруги, круги.	2		
		3	«Изоляция» Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.	2		
		4	«Изоляция» Пелвис (тазобедренный отдел)	2		
		5	«Изоляция» Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции.	2		
		6	«Изоляция» Ноги: движение изолированных ареалов (стопа, голеностоп), переводы стоп из параллельного в выворотное положение.	2		
		7	«Изоляция» Упражнения для позвоночника. Flat back, Twist и спираль. Contraction, release. Release (расширение, сжатие)	2		
		8	Roll down, roll up, Flat back, Arch	2		
		9	Итоговое занятие	2		
2	<b>Построение и изучение зкзерсиса на середине зала.</b>	1	Plie по параллельным и развернутым позициям.	2		
		2	Battement tendu / brush.	2		
		3	Battement jeté / brush.	2		
		4	Ronde de jambe.	2		

		5	Battement fondu.	2		
		6	Adajio.	2		
		7	Grand battement jeté / swings.	2		
		8	Swings.	2		
		9	Итоговое занятие.	2		
<b>3</b>	<b>Импровизация. Постановка танцевальной композиции</b>	1	Освоение пространства. Передвижение в пространстве.	2		
		2	Партнеринг. Комбинация на полу.	2		
		3	Уровни. Смена уровней: нижний партер, средний, верхний воздух(прыжки)	2		
		4	Импровизация. Шаги с ощущением веса тела. Шаги со скольжением	2		
		5	Импровизация. Падение на бедро. Падение на бок.	2		
		6	Импровизация. Перекаты из стороны в сторону. Перекат с шага, с прыжка.	2		
		7	Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с образами.	2		
		8	Этюдная работа на основе пройденного материала. Работа с предметом	2		
		9	Постановка танцевальной композиции. Экспозиция.	2		
		10	Танцевальная композиция. Завязка. Отработка	2		
		11	Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.	2		
		12	Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере.	2		
		13	Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.	2		
		14	Репетиция танцевальной композиции. Техника движения	2		
		15	Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.	2		
		16	Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.	2		
		17	Репетиция танцевальных движений в номере.	2		
		18	Итоговое занятие	2		

### Объединение 3-1 Классический танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
1	Методика и техника исполнения комбинаций в экзерсисе у станка	1	Demi plie no IV позиции; - grand plie no IV позиции .	2		
		2	Demi rond de jambe на 450 en dehors, en dedans, на demi plie.	2		
		3	Battements fondu с plie - releve с выходом на полупальцы.	2		
		4	Battements double frappe с окончанием в demi plie.	2		
		5	Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги в положении sur le cou de pied,	2		
		6	Battements developpe с окончанием в demi plie.	2		
		7	III форма port de bras с вытянутой ногой назад (растяжка).	2		
		8	Поворот soutenu на 3600.	2		
		9	Preparation к pirouette sur le cou de pied из V позиции.	2		
		10	Grand battements jete с pointee.	2		
		11	Grand battements jete	2		
		12	итоговое занятие	2		
2	Экзерсис на середине класса и техника исполнения	1	Понятие arabesque (I, II, IV): изучение I, II,III arabesque.	2		
		2	Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.	2		
		3	Battements tendu jete в позах в сочетании с balancoire	2		
		4	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.	2		
		5	Battements fondu в сочетании с soutenu u demi plie во всех направлениях	2		
		6	Battements frappe во всех направлениях на 450 в позах.	2		
		7	Battements releve lent и battements developpe	2		
		8	Temps lie par terre en dehors et en dedans:	2		
		9	temps lie par terre с перегибом корпуса.	2		
		10	Grand battements jete с pointee в позах.	2		
		11	Grand battements jete balancoire	2		

		12	Итоговое занятие	2		
<b>3</b>	<b>Разучивание сложных, больших прыжков у станка и на середине</b>		Temps leve saute по I, II, V позициям с продвижением вперед, в сторону, назад.	2		
		1				
		2	Changement de pied en tournant на 1/8, 1/4, 1/2 поворота.	2		
		3	Pas echappe en tournant на 1/4 поворота.	2		
		4	Pas assemble вперед, назад.	2		
		5	Pas jete en face.	2		
		6	Temps leve с фиксацией ноги на sur le cou de pied.	2		
		7	Pas glissade в сторону.	2		
		8	Sissone tombe.	2		
		9	Pas chasse вперед.	2		
		10	Sissone ferme в сторону.	2		
		11	Sissone ferme вперед и назад	2		
		12	Итоговое занятие	2		

### Объединение 3-1 Народный танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
<b>1</b>	<b>Экзерсис у станка</b>	1	Plie (плавные и резкие)	2		
		2	Battement tendu с выносом рабочей ноги на каблук;	2		
		3	Battement tendu jete с одновременным ударом каблуком опорной ноги в demi plie, battement tendu jete balancoirs.	2		
		4	Rond de jambe par terre. Rond de pied; Pas tortelle одинарное; pas tortelle ударное	2		
		5	Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к «верёвочке» с подъёмом на полупальцы; «Верёвочка» с переборами	2		
		6	Flik-flak по I прямой позиции; flik-flak по IV позиции	2		
		7	Battement fondu на 45 градусов; с подъёмом на полупальцы;	2		
		8	Battement devloppe на 90 градусов с одним ударом каблуком опорной ноги в demi plie	2		
		9	Итоговое занятие	2		
<b>2</b>	<b>Освоение технических приемов для прыжков и вращений</b>	1	прыжки с обеих ног с поворотом на 90 и 180 градусов;	2		
		2	прыжки с обеих ног по VI позиции с поджатыми ногами;	2		
		3	прыжки с обеих ног с поворотом на 180 и 360 градусов.	2		
		4	повороты по I прямой позиции ног на полупальцах, на каблуках с подготовкой; повороты на месте по I прямой позиции на полупальцах, на каблуках подряд;	2		
		5	дробь простая и двойная в повороте;	2		
		6	вращения по диагонали: полька, шаг-подскок, бег;	2		
		7	«обертас» с подготовкой	2		
		8	вращение «насос» с подготовкой;	2		
		9	Итоговое занятие	2		
<b>3</b>	<b>Основные элементы народных танцев</b>	1	Port de bra для рук;	2		
		2	«Маятник» с подскоком на всей стопе;	2		

	3	«Верёвочка» с двойным ударом;	2		
	4	Переборы с ударами полупальцами;	2		
	5	Присядка «Метёлочка»; Присядки; Хлопушки.	2		
	6	Итоговое занятие	2		
	7	Танцы Прибалтийских Республик. Простые подскоки, белорусская полька.	2		
	8	Украинский народный танец. Элементы танца. Позиции и положения ног в Украинском танце	2		
	9	Положения рук в парном и массовом танце. Выхилястник» (ковырялочка):	2		
	10	Этюд на основе движений русского танца «Барыня»;	2		
	11	разучивание элементов русского танца;	2		
	12	комбинации на русском или прибалтийском материале;	2		
	13	этюды на русском или прибалтийском материале	2		
	14	Русский танец «Яблочко »	2		
	15	Разновидность хороводных шагов	2		
	16	ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боко-вых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с отскоком и перескоками.	2		
	17	Постановка этюда на пройденном материале	2		
	18	Итоговое занятие	2		



### Объединение 3-1 Современный танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
<b>1</b>	<b>Раздел 1.Экзерсис на середине, партерные перекаты, кросс с элементами гимнастики.</b>	1	Demi- и grand-plié по параллельным и развернутым позициям.	2		
		2	Battement tendu / flex-point	2		
		3	Battement jeté / flex-point	2		
		4	Ronde de jambe с добавлением грудной клетки	2		
		5	Swings. Вперед, в сторону, с добавлением ноги на passe	2		
		6	Battement fondu по параллельным и развернутым позициям.	2		
		7	Adagio по параллельным и развернутым позициям.	2		
		8	Grand battement jeté / swings в продвижении и с наклоном корпуса.	2		
		9	Flat back вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом.	2		
		10	Twist и спираль. Deep body bend.	2		
		11	Contraction, release. Положения arch, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая.	2		
		12	Шаги по квадрату. Шаги со сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.	2		
		13	Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.	2		
		14	Триплеты с перемещением вперед, назад.	2		
		15	Pas de bourgee в продвижении вперед	2		
		16	Кросс шаги. Вращение en dehors с рабочей ногой на sou -depied и passé.	2		
		17	Прыжки: hop, jump, leap.	2		
		18	Итоговое занятие.	2		
<b>2</b>	<b>Постановочная работа танцевальных номеров</b>	1	Взаимосвязь в паре. Передвижение в пространстве.	2		

	<b>и импровизация.</b>				
		2	Соло. Партнеринг. Самовыражение.	2	
		3	Трио. Смена уровней: нижний партер, средний, верхний воздух(прыжки)	2	
		4	Импровизация в кругу. Шаги с ощущением веса тела.	2	
		5	Импровизация в линии. Контактная импровизация. Падение на руки.	2	
		6	Импровизация по диагонали. Шаги и прыжки.	2	
		7	Этюдная работа в паре. Работа в дуэте.	2	
		8	Этюдная работа соло. Работа с предметом	2	
		9	Проучивание движений и комбинаций к танцевальной композиции.	2	
		10	Постановка танцевальной композиции. Экспозиция. Завязка. Отработка	2	
		11	Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.	2	
		12	Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере.	2	
		13	Репетиция танцевальной композиции. Техника движения	2	
		14	Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.	2	
		15	Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.	2	
		16	Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.	2	
		17	Репетиция танцевальных движений и комбинаций в танце.	2	
		18	Итоговое занятие	2	

### Объединение 3-2 Классический танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
1	Методика и техника исполнения комбинаций в экзерсисе у станка	1	Demi plie по IV позиции; - grand plie по IV позиции .	2		
		2	Demi rond de jambe на 450 en dehors, en dedans, на demi plie.	2		
		3	Battements fondu с plie - releve с выходом на полупальцы.	2		
		4	Battements double frappe с окончанием в demi plie.	2		
		5	Pas tombee с продвижением и фиксацией ноги в положении sur le cou de pied,	2		
		6	Battements developpe с окончанием в demi plie.	2		
		7	III форма port de bras с вытянутой ногой назад (растяжка ).	2		
		8	Поворот soutenu на 3600.	2		
		9	Preparation к pirouette sur le cou de pied из V позиции.	2		
		10	Grand battements jete с pointe.	2		
		11	Grand battements jete	2		
		12	итоговое занятие	2		
2	Экзерсис на середине класса и техника исполнения	1	Понятие arabesque (I, II, IV): изучение I, II, III arabesque.	2		
		2	Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.	2		
		3	Battements tendu jete в позах в сочетании с balancoire	2		
		4	Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.	2		
		5	Battements fondu в сочетании с soutenu и demi plie во всех направлениях	2		
		6	Battements frappe во всех направлениях на 450 в позах.	2		
		7	Battements releve lent и battements developpe	2		
		8	Temps lie par terre en dehors et en dedans:	2		
		9	temps lie par terre с перегибом корпуса.	2		
		10	Grand battements jete с pointe в позах.	2		
		11	Grand battements jete balancoire	2		

		12	Итоговое занятие	2		
<b>3</b>	<b>Разучивание сложных, больших прыжков у станка и на середине</b>		Temps leve saute по I, II, V позициям с продвижением вперед, в сторону, назад.	2		
		1				
		2	Changement de pied en tournant на 1/8, 1/4, 1/2 поворота.	2		
		3	Pas echappe en tournant на 1/4 поворота.	2		
		4	Pas assemble вперед, назад.	2		
		5	Pas jete en face.	2		
		6	Temps leve с фиксацией ноги на sur le cou de pied.	2		
		7	Pas glissade в сторону.	2		
		8	Sissone tombe.	2		
		9	Pas chasse вперед.	2		
		10	Sissone ferme в сторону.	2		
		11	Sissone ferme вперед и назад	2		
		12	Итоговое занятие	2		

### Объединение 3-2 Народный танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
<b>1</b>	Экзерсис у станка	1	Plie (плавные и резкие)	2		
		2	Battement tendu с выносом рабочей ноги на каблук;	2		
		3	Battement tendu jete с одновременным ударом каблук опорной ноги в demi plie, battement tendu jete balancoirs.	2		
		4	Rond de jambe par terre. Rond de pied; Pas tortelle одинарное; pas tortelle ударное	2		
		5	Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к «верёвочке» с подъёмом на полупальцы; «Верёвочка» с переборами	2		
		6	Flik-flak по I прямой позиции; flik-flak по IV позиции	2		
		7	Battement fondu на 45 градусов; с подъёмом на полупальцы;	2		
		8	Battement devloppe на 90 градусов с одним ударом каблук опорной ноги в demi plie	2		
		9	Итоговое занятие	2		
<b>2</b>	Освоение технических приемов для прыжков и вращений	1	прыжки с обеих ног с поворотом на 90 и 180 градусов;	2		
		2	прыжки с обеих ног по VI позиции с поджатыми ногами;	2		
		3	прыжки с обеих ног с поворотом на 180 и 360 градусов.	2		
		4	повороты по I прямой позиции ног на полупальцах, на каблуках с подготовкой; повороты на месте по I прямой позиции на полупальцах, на каблуках подряд;	2		
		5	дробь простая и двойная в повороте;	2		
		6	вращения по диагонали: полька, шаг-подскок, бег;	2		
		7	«обертас» с подготовкой	2		

		8	вращение «насос» с подготовкой;	2		
		9	Итоговое занятие	2		
<b>3</b>	<b>Основные элементы народных танцев</b>	1	Port de bra для рук;	2		
		2	«Маятник» с подскоком на всей стопе;	2		
		3	«Верёвочка» с двойным ударом;	2		
		4	Переборы с ударами полупальцами;	2		
		5	Присядка «Метёлочка»; Присядки; Хлопушки.	2		
		6	Итоговое занятие	2		
		7	Танцы Прибалтийских Республик. Простые подскоки, белорусская полька.	2		
		8	Украинский народный танец. Элементы танца. Позиции и положения ног в Украинском танце	2		
		9	Положения рук в парном и массовом танце. Выхилистник» (ковырялочка):	2		
		10	Этюд на основе движений русского танца «Барыня»;	2		
		11	разучивание элементов русского танца;	2		
		12	комбинации на русском или прибалтийском материале;	2		
		13	этюды на русском или прибалтийском материале	2		
		14	Русский танец «Яблочко »	2		
		15	Разновидность хороводных шагов	2		
		16	ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боко-вых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с от-скоком и перескоками.	2		
		17	Постановка этюда на пройденном материале	2		
		18	Итоговое занятие	2		

### Объединение 3-2 Современный танец (Калинка-Азбука)

	Название раздела	№ темы	Название темы занятия	Количество часов	Дата проведения занятия	
					по плану	по факту
<b>1</b>	<b>Раздел 1.Экзерсис на середине, партерные перекаты, кросс с элементами гимнастики.</b>	1	Demi- и grand-plié по параллельным и развернутым позициям.	2		
		2	Battement tendu / flex-point	2		
		3	Battement jeté / flex-point	2		
		4	Ronde de jambe с добавлением грудной клетки	2		
		5	Swings. Вперед, в сторону, с добавление ноги на passe	2		
		6	Battement fondu по параллельным и развернутым позициям.	2		
		7	Adagio по параллельным и развернутым позициям.	2		
		8	Grand battement jeté / swings в продвижении и с наклоном корпуса.	2		
		9	Flat back вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом.	2		
		10	Twist и спираль. Deep body bend.	2		
		11	Contraction, release. Положения arch, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая.	2		
		12	Шаги по квадрату. Шаги со сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.	2		
		13	Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.	2		
		14	Триплеты с перемещением вперед, назад.	2		
		15	Pas de bourree в продвижении вперед	2		
		16	Кросс шаги. Вращение en dehors с рабочей ногой на sou -de-pied и passé.	2		
		17	Прыжки: hop, jump, leap.	2		
		18	Итоговое занятие.	2		
<b>2</b>	<b>Постановочная работа танцевальных номеров и импровизация.</b>	1	Взаимосвязь в паре. Передвижение в пространстве.	2		

	2	Соло. Партнеринг. Самовыражение.	2		
	3	Трио. Смена уровней: нижний партер, средний, верхний воздух(прыжки)	2		
	4	Импровизация в кругу. Шаги с ощущением веса тела.	2		
	5	Импровизация в линии. Контактная импровизация. Падение на руки.	2		
	6	Импровизация по диагонали. Шаги и прыжки.	2		
	7	Этюдная работа в паре. Работа в дуэте.	2		
	8	Этюдная работа соло. Работа с предметом	2		
	9	Проучивание движений и комбинаций к танцевальной композиции.	2		
	10	Постановка танцевальной композиции. Экспозиция. Завязка. Отработка	2		
	11	Танцевальная композиция. Развитие действия. Образ в танце.	2		
	12	Танцевальная композиция. Кульминация. Выразительность в номере.	2		
	13	Репетиция танцевальной композиции. Техника движения	2		
	14	Репетиция танцевальной композиции. Образ в танце.	2		
	15	Репетиция танцевальной композиции. Артистизм и выразительность.	2		
	16	Постановка танцевальной композиции. Развязка. Репетиция.	2		
	17	Репетиция танцевальных движений и комбинаций в танце.	2		
	18	Итоговое занятие	2		

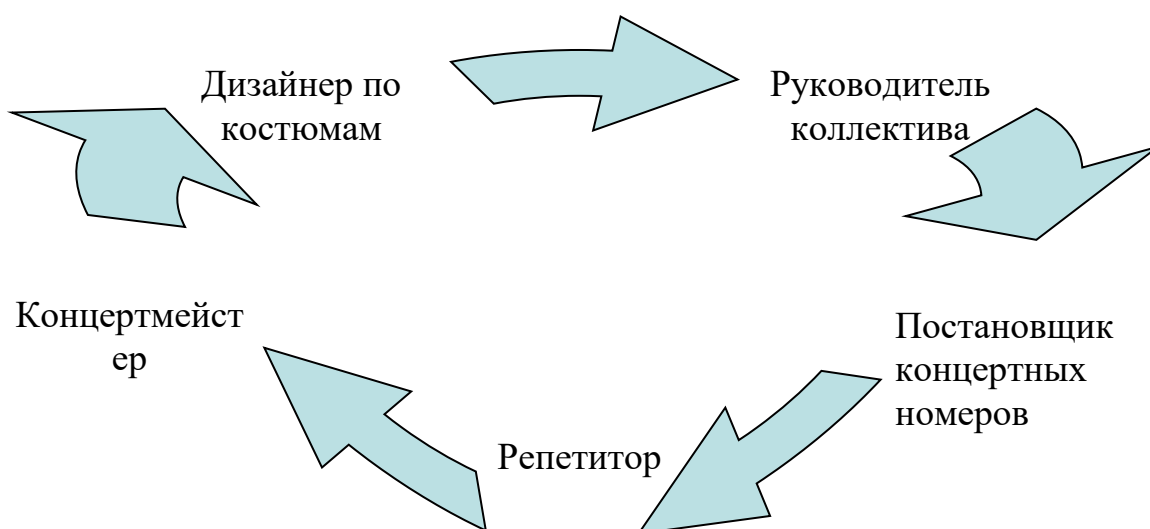


## 2.2 Условия реализации программы

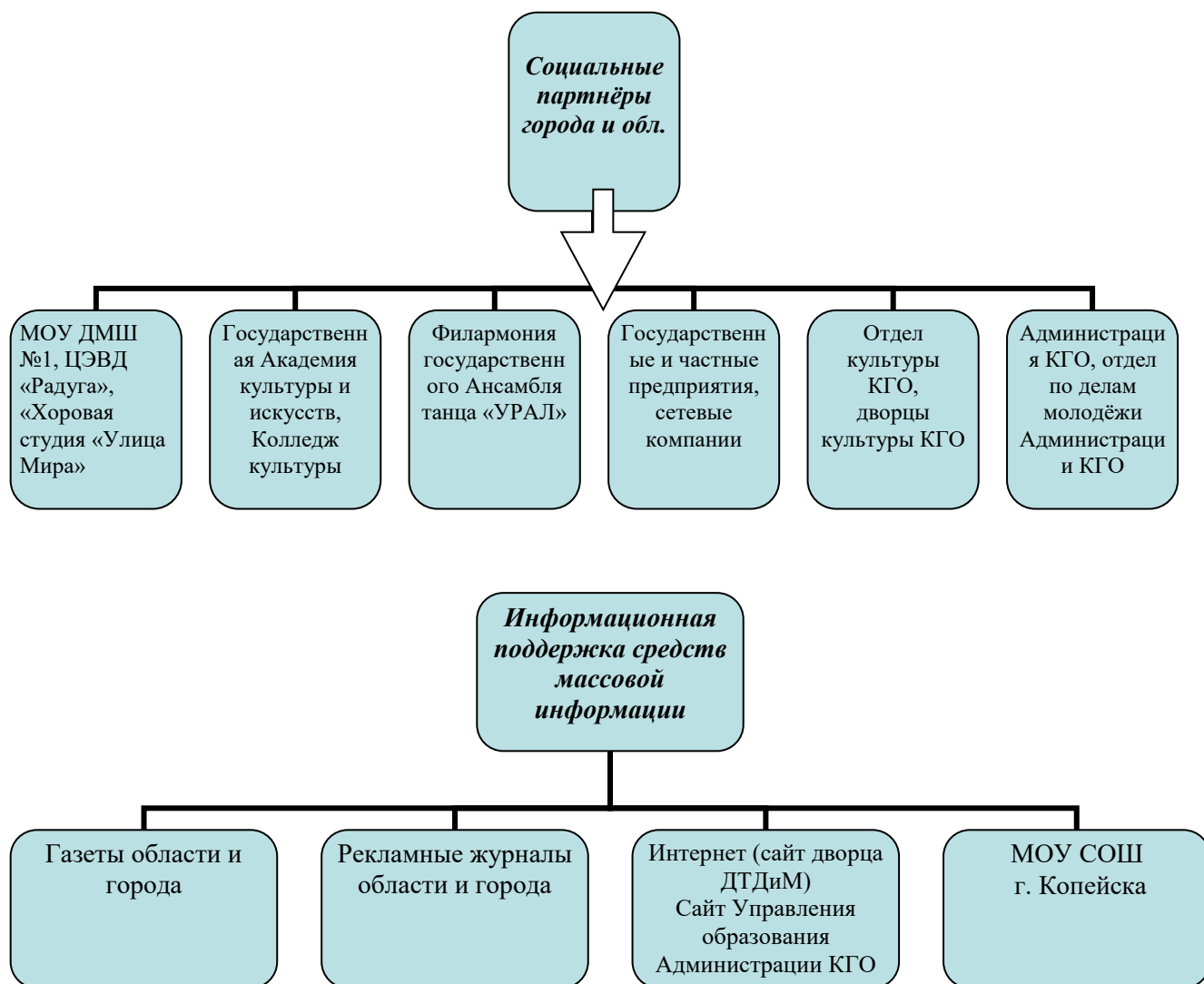
### *Материально-технические условия, необходимые для деятельности объединения*

- танцевальный класс
- костюмерная
- раздевалка
- зеркала
- станок
- музыкальный инструмент (фортепиано)
- актовый зал
- аудиоаппаратура
- аудиотека
- видеоаппаратура
- видеотека
- мультимедийный проектор
- форма для занятий, костюмы, реквизит для выступлений
- спортивный инвентарь – скакалки, мячи, гимнастические палки, маты

### *Кадровые условия*



## *Внешние условия*



### **2.3 Формы аттестации проведения образовательного процесса:**

- практические учебные занятия;
- экскурсии;
- фестивали, конкурсы, концерты (посещение и участие);
- класс – концерт; открытое занятие
- «творческие посиделки» (праздники, чаепития с воспитанниками других творческих объединений, прогулки на природе).
- творческая встреча с интересными людьми
- круглый стол
- мастер-класс
- наблюдение
- семинар

### **2.4 Оценочные материалы**

Контроль и оценка знаний, умений, навыков, уровень освоения предметной области и степени сформированности основных общеучебных компетентностей осуществляется с помощью мониторинга результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (Приложение), где используется карта наблюдений обучающихся, разрабатывается механизм получаемых результатов. Мониторинг проводится с учетом критериев оценивания теоретических знаний, практической подготовки и развития основных компетенций обучающегося. Составляется диагностическая карта результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (Приложение). Данные, которые вносятся в диагностическую карту, получают при помощи оценочных материалов (Приложение ) при проведении промежуточного контроля (конец 1 полугодия) и промежуточной аттестации (в конце учебного года).

Результаты наблюдений являются необходимыми для оценки особенностей личностного развития детей, сформированности внутренней позиции, развития творческого воображения.

В качестве инструмента для получения конкретных срезов движения ребенка от одной стадии к другой используется мониторинг (Приложение).

-педагогическое наблюдение;

-педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, зачётов, взаимозачётов, опросов, выполнения обучающимися диагностических заданий, участия обучающихся в мероприятиях (концертах, викторинах, соревнованиях, спектаклях), защиты проектов, решения задач поискового характера, активности обучающихся на занятиях и т.п.

Отслеживание результатов реализации программы осуществляется путем:

- систематических наблюдений за детьми и фиксации

происходящих в них изменений;

- проведения социологических опросов детей и родителей;
- бесед с родителями и педагогами;
- организации самодиагностики детей и отслеживания изменений в их самооценке;
- анализа творческих выступлений (открытые уроки и контрольные срезы, концерты для родителей, участие в концертах институционального уровня, участие в фестивалях и конкурсах на уровне города, области и России).

В педагогической копилке отслеживания результатов имеется ряд диагностик и тестов хореографических способностей и физических возможностей обучающихся (Приложение).

С помощью этих приемов можно оценить изменения уровня обученности и освоения изучения дополнительной общеобразовательной программы «Радуга талантов».

В результате освоения данной программы обучающиеся приобретают багаж систематизированных знаний и практических навыков в области классической, народно-сценической и современной пластики. Используют полученные знания в своей творческой деятельности (в школе, на вечерах отдыха). Участвуют в конкурсах, фестивалях городского, областного, Всероссийского и Международного уровня, областных праздниках, творческих поездках, концертах для родителей

## **2.5 Методические материалы**

Для реализации поставленных задач, выбраны следующие методы обучения:

- объяснительно-иллюстративные (методы обучения, при использовании которых, обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию);
- репродуктивные методы обучения (обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);
- частично-поисковые методы обучения (участие обучающихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом);
- исследовательские методы обучения (овладение обучающимися методами научного познания, самостоятельной творческой работы).

Занятия танцами являются основой для воспитания ребенка как личности гармонически развитой, так как они тесно связаны с музыкой, развивают мышечную память, создают условия для ассоциативного мышления, развивают эмоциональную сферу ребенка и воспитывают

трудолюбие, собранность.

На занятиях ребенок погружается в следующие виды деятельности:

- познавательную
- игровую
- коммуникативную
- творческую
- досуговую

Ничто не побуждает интерес к занятиям, не мобилизует все способности ребенка к преодолению художественных и технических сложностей, как яркие, накаленные творческой энергией занятия с педагогом, направленные на поиск интерпритаторских решений. Для этого нужно вовлечь ребят в сферу творческого процесса. Необходимыми методическими условиями выступают, прежде всего, плановая организация работы и поэтапность освоения репертуара, обеспечивающая рост коллектива.

В процессе обучения используются разные средства педагогического воздействия:

- собственное исполнение педагога;
- объяснение;
- акцентирование на фрагментарном показе особенного пластического решения танцевального па

- просмотр и обсуждение танцевальных этюдов и композиций

В основу занятий положены следующие принципы работы:

- природосообразности
- индивидуализации
- добровольности
- дидактики
- вариативности
- преемственности
- принцип творчества и успеха

В процессе обучения применяются современные педагогические технологии, помогающие создавать оптимальные условия для развития, обучения и воспитания:

- Технология творческой деятельности  
позволяет выявлять, развивать творческие способности детей и приобщать их к многообразной творческой деятельности

- Игровая технология  
помогает сбалансировать эмоциональную, интеллектуальную и физическую нагрузку

- Технология сотрудничества  
реализует демократизм, равенство, партнерство во взаимоотношениях

- Технология коллективной творческой деятельности  
способствует воспитанию общественно-активной творческой личности, помогает приумножить общественную культуру

## Дидактический материалы

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
  - Разработки мероприятий (открытых занятий, концертов)
  - Сборники игр, конкурсов и т.д.
  - Медиатека (материалы по истории театра, классическому и современному танцу)
    - Аудиотека
    - Видеотека (народный, классический, современный танец)
    - Положения о проведении конкурсов и фестивалей
    - сценарный план проведения мероприятий.
    - Методические комплексы «Азбука классического танца», «Ритмопластика», «Комплексы ритмогимнастических упражнений»
      - методика мониторинга усвоения обучающимися учебного материала;
      - методика диагностики (стимулирования) творческой активности обучающихся
        - методика выявления неформального лидера в коллективе;
        - методика анализа результатов деятельности
        - Словарь (танцевальные термины)
        - Иллюстрация
        - Стенды
        - Наглядные пособия

### **Оборудование кабинета**

Кабинет (светлый, теплый, проветриваемый) с отделением для переодевания детей;

Деревянный пол (паркет);

Укрепленное на стене зеркало (зеркальная стена) высотой не ниже 150-175 см.;

Зеркало необходимо укрепить от пола на высоте 30-40 см.;

Хореографический станок, укрепленный в пол и в стену, состоящий из двух параллельных брусьев на высоте от пола 80 см (нижний), 100 см (верхний);

Фортепиано;

Коврики (16 штук) 120 на 120 см.

### **Техническое оборудование**

- Магнитофон с мощными колонками;
- Видеомагнитофон;
- Телевизор;
- Набор аудиозаписей
- Набор видеозаписей;
- Набор иллюстрированного материала (журналы, книги, стенды, фотографии).

## Форма для занятий

Специальный костюм:

- Гимнастический купальник
- Короткие шорты
- Белые носки

Обувь:

- Балетная обувь
- Джазовки
- Народная обувь (туфли, сапоги)

### 2.6 Рабочая программа воспитания и план учебно-воспитательной работы

**Сегодня воспитание – это взаимодействие и сотрудничество взрослых и детей в сфере их совместного бытия.** Программа воспитания – систематизированное и последовательное изложение теоретических основ воспитания, обоснование целей, задач, принципов, условий, обеспечение эффективности этой деятельности.

**Цель воспитания** – формирование духовно-нравственной личности и развития творческих способностей.

**Задачи:**

- Развитие и формирование сплоченного единого коллектива
- Ознакомление с духовными ценностями
- Воспитание творческой личности
- Создание здоровьесберегающей среды и воспитания здорового образа жизни
- Ознакомление с историей танца, разнообразие танцевальных форм

**Процесс воспитания** – взаимодействие сотрудничества и сотворчества воспитанника и педагога в сфере совместной деятельности. При изучении материала учитываются принципы природосообразности, возрастных особенностей, развития физических задатков, самостоятельности, систематичности индивидуального подхода.

**Воспитательно-образовательный процесс строится на развитии творческого потенциала личности, коммуникативности, социальной адаптации, духовной, психологической, эстетической культуры.**

**Принципы воспитания:**

- Развития
- Гуманизации
- Демократизации
- Природосообразности
- Культуросообразности
- Дифференциации
- Индивидуализации
- Добровольности

## Методы:

- Беседы
- Коллективное воздействие
- Ситуационный метод
- Метод длительного включения наблюдения

## Современные педагогические технологии, помогающие создавать оптимальные условия для развития, обучения и воспитания:

- **технология творческой деятельности** - позволяет выявлять, развивать творческие способности детей и приобщать их к многообразной творческой деятельности с выходом на конкретный продукт
- **игровая технология** - помогает сбалансировать эмоциональную, интеллектуальную и физическую нагрузки
- **технология сотрудничества** - реализует демократизм, равенство, партнерство во взаимоотношениях
- **технология коллективной творческой деятельности** - способствует воспитанию общественно- активной творческой личности, помогает приумножить общественную культуру

## Педагогические технологии на основе личностной ориентации педагогического процесса:

- Педагогика сотрудничества
- Игровые технологии.

### Направления воспитания

1. *Гражданско - патриотическое*
2. *Художественное*
3. *Досуговое*

*1. Гражданско - патриотическое способствует социализации воспитанников, содействует формированию у детей демократической культуры отношений, правового самосознания, навыков общественной жизни*

#### Задачи:

- Воспитание любви к Родине, ее истории культуре, традициям
- Воспитание гражданской позиции, ответственности и достоинства
- Воспитание культуры отношений, навыков общественной культуры
- Воспитание правовой культуры.

#### Формы работы:

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ	2 ГОД ОБУЧЕНИЯ
Участие в программе «Всей семьей во Дворец»  «Мой дом – моя семья» - семейный праздник	Участие в праздничной программе «День знаний»  «Путешествие к памятным местам» экскурсия с родителями
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ	4 ГОД ОБУЧЕНИЯ
Участие в праздничной программе «День знаний»	«Дорогим ветеранам, посвящаем..» Участие в мероприятии, посвященном 9 мая



Беседа «Символы Копейска» Участие в фольклорных праздниках	
---	--

**2.. Художественная** - способствует развитию потребностей в прекрасном, реализует индивидуальные способности

**Задачи:**

- Воспитывать и прививать любовь к танцу, музыке
- Реализовать индивидуальные задатки и его способности в области танца

**Формы работы**

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ	2 ГОД ОБУЧЕНИЯ
«В гости к Мой Додыру» - игровая программа по правилам личной гигиены  «Любопытная Варвара» - игровая программа о манерах поведения	«Копилка мастерства педагогов» - посещение открытых занятий других коллективов Дворца
3 ГОД ОБУЧЕНИЯ	4 ГОД ОБУЧЕНИЯ
Беседа о правилах гигиены  Беседа о манерах поведения  Основы актерского мастерства	Посещения театра, выставочного зала, музея.

**3. Досуговое** способствует развитию творческих способностей, раскрепощению, восприятию нового.

**Задачи**

- Активизировать и стимулировать физическую активность
- Создать условия для творческого развития личности
- Формировать опыт культурного поведения, культуры чувств
- Прививать навыки саморазвития и самовыражения
- Формировать опыт коллективной деятельности и раскрытию творческих способностей

**Формы работы**

1 - 2 ГОД ОБУЧЕНИЯ	3 - 4 ГОД ОБУЧЕНИЯ
Участие во всех досуговых мероприятиях проводимых Дворце  Конкурсная программа «Осенняя пора – очей очарованье» Праздник осени «Бал цветов»	Конкурсно – развлекательная программа «Осенний бал»  «Новогодние приключения в зимнем лесу» (новогодний праздник)  Конкурсная программа «Джентльмен – шоу» Конкурсная программа «Мисс – 8 марта» Праздничная программа «Отдохнем»

**Ожидаемый результат воспитания:**

**Воспитанник – это**

- Свободная личность, способная к самоопределению в мире культуры и социуме
- Гуманная и духовная личность
- Творческая личность, компетентная в коммуникативной, здоровьесберегающей и гражданской деятельности.

**Для отслеживания востребованности досуговых услуг их качества и**

**результативности используются:**

- наблюдение за поведением воспитанников в сюжетно ролевых играх и в реальной жизни
- тесты
- беседы
- анализ достижений воспитанников

- анкеты

**Связь с родителями осуществляется через:**

- родительские собрания;
- индивидуальные консультации.
- семейные праздники
- открытые занятия

**Формы воспитательной деятельности:**

- тематические праздники
- спортивные соревнования
- тематические вечера отдыха
- экскурсии
- семейные праздники
- социальные проекты

### Раздел 3

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абдоков. - М.: РАТИ-ГИТИС, МГАХ, 2010. - 272 с
2. Балет, танец, хореография / ред. Н. Александрова. - М.: СПб: Лань, 2008. - 416 с
3. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. - М.: Лань, Планета музыки, 2011. - 624 с
4. Безуглая, Г.А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа: Учебное пособие. Безуглая Г.А. / Г.А. Безуглая. - М.: Лань, Планета музыки, 2015. - 791 с.
5. Бернстайн, С. 20 уроков клавиатурной хореографии / С. Бернстайн. - Москва: Мир, 2001. - 152 с.
6. Ваганова А. Я. В 12 Основы классического танца. Издание 6. Серия “Учебники для вузов. Специальная литература” — СПб.: Издательство “Лань”, 2000. — 192с.
7. Ванслов, В. Балеты Григоровича и проблемы хореографии / В. Ванслов. - М.: Искусство, 2017. - 224 с
8. Витакер К., Бамберри В. Танцы с семьей: Семейная терапия: символический подход, основанный на личном опыте, 2001. — 152 с.
9. Гиршон А. Истории, рассказанные телом, 2008. — 128 с. 4. Козлов В. В. Интегративная Танцевально-Двигательная Терапия, 2006. -545 с.
10. Гугушвили Н. С. Влияние занятий хореографией на человека // Молодой ученый. — 2015. — №3. — С. 893-895. — URL <https://moluch.ru/archive/83/15147/> (дата обращения: 06.11.2018)
11. Есаулов, И. Г. Педагогика и репетиторство в классической хореографии. Учебник / И.Г. Есаулов. - М.: Лань, Планета музыки, 2015. - 256 с
12. Мельдаль, Кристине Поэтика и практика хореографии / Кристине Мельдаль. - М.: Кабинетный ученый, 2015. - 106 с.
13. Никитин, В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце. Учебное пособие / В.Ю. Никитин. - М.: ГИТИС, 2011. - 472 с.
14. Портнов, Г. Г. Портнов. Ну-ка, обучающиеся, встаньте в круг!.. Танцы народов мира. Пособие для преподавателей ритмики и хореографии, музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений / Г. Портнов. - М.: Композитор - Санкт-Петербург, 2008. - 196 с
15. Сосина, В. Ю. Хореография в гимнастике / В.Ю. Сосина. - М.: Олимпийская литература, 2009. - 136 с.

Статьи из сборников:

1. Иванов В. Д., Карболина И. А. Влияние танцевальной культуры на человека [Текст] // Теория и практика образования в современном мире: материалы VIII Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, декабрь 2015 г.). — СПб.: Свое издательство, 2015. — С. 114-116. — URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/185/9267/> (дата обращения: 06.11.2018).
2. Иванов В. Д., Карболина И. А. Влияние танцевальной культуры на человека [Текст] // Теория и практика образования в современном мире: материалы VIII Междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, декабрь 2015 г.). — СПб.: Свое издательство, 2015. — С. 114-116. — URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/185/9267/> (дата обращения: 06.11.2018).

## Раздел 4

### ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

#### ПОЯСНИТЕЛЬНЫЙ СЛОВАРЬ ХОРЕОГРАФИЧЕСКИХ ТЕРМИНОВ.

- Adagio [адажио]** - медленно, медленная часть танца.
- Allegro [аллегро]** - быстро; прыжки.
- Allongee [алонже]** - от гл. удлинить, продлить, вытянуть; движение из adagio, означающее вытянутое положение ноги и скрытую кисть руки.
- Aplomb [апломб]** - устойчивость.
- Arabesque [арабеск]** - поза, название которой происходит от стиля арабских фресок; в классическом танце существует четыре вида позы «арабеск» - 1-я, 2-я, 3-я, 4-я.
- Assemble [ассамбле]** - от гл. соединять, собирать; прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе; прыжок с; ног на две ноги.
- Attitude [аттитюд]** - поза, положение тела; поза вверх нога полусогнута.
- Balance [балансе]** - от гл. качать, покачиваться; покачивающееся движение.
- Balancore [балансуар]** - качели; применяется в grand battement jete.
- Pas ballonnee [па балонэ]** - от гл. Раздуть, раздуться; в танце характерно продвижение в момент прыжка в личные направления и позы, а также сильно вытянут в воздухе ноги до момента приземления и сгиба одной из ног виг 1-е sou-de-pleci.
- Pas ballote [балоттэ]** - от гл. колебаться; движение, в котором ноги в момент прыжка вытягиваются вперед назад, проходя через центральную точку; корпус наклонился вперед назад, как бы колеблясь.
- Pas de basque [па де баск]** шаг басков; для этого движения характерен счет  $\frac{3}{4}$  или  $\frac{6}{8}$  (трехдольный размер), исполняется вперед и назад.
- Battement [батман]** - размах, биение.
- Battement developpe [батман девлоппэ]** - раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90° в нужное направление **Developpe** - от гл. раскрыть.
- Battement double frappe [батман дубль франпэ]** - движение с двойным ударом.
- Battement fondu [батман фондю]** - мягкое, плавное, «тающее» движение.
- Fondu** - от гл. таять.
- Battement Frappe [батман франпе]** - движение с ударом или ударное движение.
- Frappe** - от гл. бить.
- Battement soutenu [батман сотеню]** - от гл. Выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение.
- Battement tendu [батман тандю]** - отведение и приведение вытянутой ноги, выдвигание ноги.
- Batterie [батри]** - барабанный бой; нога в положении sur le sou-de-pied проделывает ряд мелких ударных движений.
- Pas de bourree [па де буррэ]** - чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением.
- Brise [бризе]** - от гл. разбивать, раздроблять; движение из раздела прыжков с заносами.
- Cabriole [кабриоль]** - прыжок на месте; прыжок с подбиванием одной ноги другой.
- Changement de pieds [шажман де пье]** - прыжок с переменной ног в воздухе.
- Changement [шажман]** - смена.
- Pas chasse [па шассэ]** - от гл. гнать, подгонять; потертый прыжок с продвижением, во время которого одна нога подбивает другую.

**Pas de chat [па де ша]** - кошачий шаг; этот прыжок по своему характеру напоминает мягкое движение кошачьего прыжка, что подчеркивает изгибом корпуса и мягким движением рук. Le chat - кошка.

**Pas ciseaux [па сизо]** - ножницы; название этого прыжка происходит от характера движения ног, выбрасываемых вперед по очереди и вытянутых в воздухе.

**Coupe [купэ]** - подбивание; отрывистое движение, короткий толчок.

**Pas couru [па куро]** - пробежка по шестой позиции.

**Croisee [крауз]** - *от гл.* скрещивать; поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**En dedans [ан дедан]** - внутрь, в круг.

**Degage [дегаже]** - освобождать, отводить.

**En dehors [ан деор]** - наружу, из круга.

**Demi-plie [деми плие]** - маленькое приседание.

**Dessus-dessous [десю-десу]** – верхняя - нижняя часть, над - под; вид раз de bourree.

**Ecartee [экарт]** - *от гл.* отводить, раздвигать; поза, при которой вся фигура повернута по диагонали.

**Echappe [эшанп]** - *от гл.* вырываться; прыжок с раскрытием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую.

**Efface [эфасе]** - развернутое положение корпуса и ног.

**Pas emboite [па амбуате]** - *от гл.* вкладывать, вставлять, укладывать; прыжок, во время которого происходит смена полусогнутых ног в воздухе.

**Entrechat [антраша]** - прыжок с заноской.

**En face [ан фас]** - прямо, прямое положение корпуса головы и ног.

**Pas faille [па файи]** - ослабевающее движение; это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки трамплина к следующему прыжку; одна нога не подсекает другую.

**Fouette [фуэтэ]** - *от гл.* стегать, сечь; вид танцевального поворота, быстрого, резкого; открытая нога во время поворота сгибается к опорной ноге и резким движением подсекает другую.

**Galoper [галоп]** - гоняться, преследовать, скакать, мчаться.

**Glissade [глиссад]** - скольжение; прыжок, исполняемый без отрыва носков ног от пола.

**Grand [гранд]** - большой.

**Jete [жетэ]** - бросок ноги на месте или в прыжке.

**Jete entrelace [антрэлясэ]** - перекидной прыжок. Entrelace - *от гл.* переплестать.

**Jete ferme [жетэ ферма]** - закрытый прыжок.

**Jete passe [жетэ пассэ]** - проходящий прыжок.

**Pas [па]** - шаг; движение или комбинация движений употребляется как равнозначное понятию «танец».

**Pas d'actions [па д'аксион]** - действенный танец.

**Pas de deux [па дэ дэ]** - танец двух исполнителей, классический дуэт, обычно танцовщика и танцовщицы.

**Pas de quatre [па де катр]** - танец четырех исполнителей, классический квартет.

**Pas de trois [па де труз]** - танец трех исполнителей, классическое трио, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.

**Passe [пассэ]** - *от гл.* проводить, проходить; связующее движение, проведение или перемещение ноги.

**Petit battement [пти батман]** - маленький батман, на щиколотке опорной ноги.

**Petit [пти]** - маленький.

**Pirouette [пируэт]** - юла, вертушка; быстрое вращение на полу.

**Plie [плие]** - приседание.

**Pointe [паунтэ]** - пуант, носок, пальцы.

**Port de bras [пор де бра]** - упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**Preparation [прэпарасион]** - приготовление, подготовка.

**Releve [релевэ]** - *от гл.* приподнимать, возвышать; подъем на пальцы или на полупальцы.

**Releve lent [релевэ лян]** - медленный подъем ноги на 90°

**Renverse [ранверсэ]** - *от гл.* опрокидывать, переворачивать; опрокидывание корпуса в сильном перегибе и в повороте.

**Rond de jambe [рон же жамб ан лер]** - круг ногой в воздухе. Rond - круглый. Jambe - нога *L'air* - воздух.

**Rond de jambe par terre [рон де жамб пар тер]** - вращательное движение ноги по полу, круг носком по полу. Terre - земля.

**Saut de basque [со де баск]** - прыжок басков; прыжок с одной ноги на другую с поворотом корпуса в воздухе.

**Saute [сотэ]** - прыжок на месте по позициям.

**Sissone [сисон]** - вид прыжка, разнообразного по форме и часто применяемого.

**Sissone fermee [сисон ферме]** - закрытый прыжок. **Fermee** - *от гл.* закрывать.

**Sissone ouverte [сисон уверт]** - прыжок с открыванием ноги. **Quverte** - открытый.

**Sissone simple [сисон семпль]** - простой прыжок с двух ног на одну. **Simple [семпль]** - Простой, простое движение.

**Sissone tombee [сисон томбе]** - прыжок с падением.

**Soutenu [сутеню]** - *от гл.* выдерживать, поддерживать, втягивать.

**Sur le cou-de-pied [сюр лек у де пье]** - положение одной ноги на щиколотке другой, опорной, ноги.

**Temps leve [там лева]** - временно поднимать.

**Temps leve saute [там лева сотэ]** - прыжок по первой, второй или пятой позиции или из пятой позиции на одну и ту же ногу.

**Temps lie [там лие]** - связанное во времени; связующее, плавное, слитное движение.

**Tire bouchon [тир бушон]** - закручивать, завивать; в этом движении поднятая нога находится в полусогнутом положении вперед.

**Tour [тур]** - поворот.

**Tour chaine [тур шенс]** - сцепленный, связанный кружков, быстрые повороты, следующие один за Chainé - цепочка.

**Tour en Pair [тур ан лэр]** - воздушный поворот, воздухе.

**En tournant [ан турнан]** - *от гл.* вращать; поворот во время движения.

**Выворотность** - раскрытие ног в тазобедренном голеностопном суставах.

**Координация** - соответствие и согласование всего тела.

**Pasdechat [па де ша]** - кошачий шаг; этот прыжок по своему характеру напоминает мягкое движением кошачьего прыжка, что подчеркивает изгибом корпуса и мягким движением рук. Lechat - кошка.

**Pasciseaux [па сизо]** - ножницы; название этого прыжка происходит от характера движения ног, выбрасываемых вперед по очереди и вытянутых в воздухе.

**Coupe [купэ]** - подбивание; отрывистое движение, короткий толчок.

**Pascouru [па курю]** - пробежка по шестой позиции.

**Croisee [крауз]** - *от гл.* скрещивать; поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.

**Endedans [ан дедан]** - внутрь, в круг.

**Degage [дегаже]** - освободить, отводить.

**Endehors [ан деор]** - наружу, из круга.

**Demi-plie [деми плие]** - маленькое приседание.

**Dessus-dessous [десю-десу]** – верхняя - нижняя часть, над - под; вид раз *debourree*.

**Ecartee [экарт]** - *от гл.* отводить, раздвигать; поза, при которой вся фигура повернута по диагонали.

**Echappe [эшapp]** - *от гл.* вырываться; прыжок с раскрыванием ног вовторуюпозицию и собиранием из второй в пятую.

**Efface [эфасе]** - развернутое положение корпуса и ног.

**Pasemboite [па амбуате]** - *от гл.* вкладывать, вставляя, укладывая; прыжок, во время которого происходит смена полусогнутых ног в воздухе.

**Entrechat [антраша]** - прыжок с заноской.

**Enface [ан фас]** - прямо, прямое положение корпуса головы и ног.

**Pasfaille [па файи]** - ослабевающее движение; это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки трамплина к следующему прыжку; одна нога неподсекает другую.

**Fouette [фуэтэ]** - *от гл.* стегать, сечь; вид танцевального поворота, быстрого, резкого; открытая нога во время поворота сгибается к опорной ноге и резким движением подсекает другую.

**Galoper [галоп]** - гоняться, преследовать, скакать, мчаться.

**Glissade[глиссад]** - скольжение; прыжок, исполняемый без отрыва носков ног от пола.

**Grand [гранд]** - большой.

**Jete [жетэ]** - бросок ноги на месте или в прыжке.

**Jeteentrelace [антрэлясэ]** - перекидной прыжок. *Entrelace* - *от гл.* переплестать.

**Jeteferme [жетэ ферма]** - закрытый прыжок.

**Jetepasse [жугэпассэ]** -проходящий прыжок.

**Pas [па]** - шаг; движение или комбинация движений употребляется как равнозначноепонятию «танец».

**Pasd'actions [па д'аксион]** - действенный танец.

**Pasdedeux [па дэ дэ]** - танец двух исполнителей, классический дуэт, обычно танцовщика и танцовщицы.

**Pasdequatre [па де катр]** - танец четырех исполнителей, классический квартет.

**Pasdetrois [па де ттуа]** - танец трех исполнителей, классическое трио, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.

**Passe [пассэ]** - *от гл.* проводить, проходить; связующее движение, проведение или переведение ноги.

**Petitbattement [пти батман]** - маленький батман, на щиколотке опорной ноги.

**Petit[пти]** - маленький.

**Pirouette [пируэт]** - юла, вертушка; быстрое вращение на полу.

**Plie [плие]** - приседание.

**Pointe [паунтэ]** - пуант, носок, пальцы.

**Portdebras [пор де бра]** - упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

**Preparation [прэпарасион]** - приготовление, подготовка.

**Releve [релевэ]** - *от гл.* приподнимать, возвышать; подъем на пальцы или на полупальцы.

**Relevelent [релевэ лян]** - медленный подъем ноги на 90°

**Renverse [ранверсэ]** - *от гл.* опрокидывать, переворачивать; опрокидывание корпусав сильном перегибе и в повороте.



**Ronddejambe [рон же жамб ан лер]** - круг ногой в воздухе. Rond - круглый. Jambe - нога  
*L'air* - воздух.

**Ronddejambe par terre [рон де жамб пар тер]** - вращательное движение ноги по полу, круг носком по полу. Terre - земля.

**Sautdebasque [со де баск]** - прыжок басков; прыжок с одной ноги на другую с поворотом корпуса в воздухе.

**Saute [сотэ]** - прыжок на месте по позициям.

**Sissone [сисон]** - вид прыжка, разнообразного по форме и часто применяемого.

**Sissonefermee [сисон ферме]** - закрытый прыжок. **Fermee**- *от гл.*закрывать.

**Sissoneouverte [сисонуверт]** - прыжок с открыванием ноги. **Quverte** - открытый.

**Sissonesimple [сисонсемпль]** - простой прыжок с двух ног на одну. **Simple[семпль]** - Простой, простое движение.

**Sissonetombe [сисонтомбе]** - прыжок с падением.

**Soutenu [сутеню]** - *от гл.*выдерживать, поддерживать, втягивать.

**Surlecou-de-pied [сюр лек у де пье]** - положение одной ноги на щиколотке другой, опорной, ноги.

**Tempsleve[там лева]** - временно поднимать.

**Tempslevesaute [там лева сотэ]** - прыжок по первой, второй или пятой позиции или из пятой позиции на одну и ту же ногу.

**Tempslie [там лие]** - связанное во времени; связующее, плавное, слитное движение.

**Tirebouchon [тир бушон]** - закручивать, завивать; в этом движении поднятая нога находится в полусогнутом положении вперед.

**Tour [тур]** - поворот.

**Tourchaine [тур шенс]** - сцепленный, связанный кружков, быстрые повороты, следующие один за Chainé - цепочка.

**TourenPair [тур ан лэр]** - воздушный поворот, воздухе.

**Entournant [ан турнан]** - *от гл.* вращать; поворот во время движения.

**Выворотность** - раскрытие ног в тазобедренном голеностопном суставах.

**Координация** - соответствие и согласование всего тела.

## Диагностическая карта результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе

<b>ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА</b>														
мониторинга результатов обучения детей по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе														
Детское объединение											Доп. образ. программа			
Год обучения	Группа №										Педагог			
Фамилия, имя воспитанника														
Средне-диагностический Показатели	Минимальный уровень (дошкольный)	Средний уровень (дошкольный)	Максимальный уровень (дошкольный)	Минимальный уровень (школьный)	Средний уровень (школьный)	Максимальный уровень (школьный)	Минимальный уровень (старший дошкольный)	Средний уровень (старший дошкольный)	Максимальный уровень (старший дошкольный)	Минимальный уровень (школьный)	Средний уровень (школьный)	Максимальный уровень (школьный)	Минимальный уровень (школьный)	Максимальный уровень (школьный)
	Минимальный уровень (дошкольный)	Средний уровень (дошкольный)	Максимальный уровень (дошкольный)	Минимальный уровень (школьный)	Средний уровень (школьный)	Максимальный уровень (школьный)	Минимальный уровень (старший дошкольный)	Средний уровень (старший дошкольный)	Максимальный уровень (старший дошкольный)	Минимальный уровень (школьный)	Средний уровень (школьный)	Максимальный уровень (школьный)	Минимальный уровень (школьный)	Максимальный уровень (школьный)
<b>Т е о р е т и ч е с к а я   п о д г о т о в к а</b>														
Теоретические знания, предусмотренные программой														
Владение специальной терминологией														
<b>П р а к т и ч е с к а я   п о д г о т о в к а</b>														
Практические умения и навыки, предусмотренные программой														
Владение специальным оборудованием и оснащением														
Творческие навыки														
<b>О с н о в н ы е   о б щ е у ч е б н ы е   к о м п е т е н т н о с т и</b>														
<i>Учебно-интеллектуальные</i>														
Подбирать и анализировать специальную литературу														
Пользоваться компьютерными источниками информации														
Осуществлять учебно-исследовательскую работу														
<i>Коммуникативные</i>														
Выступать перед аудиторией														
Участвовать в дискуссии, защищать свою точку зрения														
<i>Организационные</i>														
Организовывать свое рабочее (учебное) место														
Соблюдения в процессе деятельности правила ТБ														
Аккуратно, ответственно выполнять работу														

### Мониторинговое исследование результатов

Для овладения искусством танца нужно обладать определенными способностями. При наборе детей для занятий в студию проводится проверка профессиональных физических данных, таких как выворотность ног, состояние стоп (в том числе подъема), танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок. Дифференцированный подход к детям с разным уровнем возрастного развития в процессе обучения и воспитания может дать значительный педагогический эффект.

В процессе обучения природные данные ребенка совершенствуются в той или иной степени. «Зеркалом» именно этого процесса является мониторинг. Мониторинг качества обучения – это совокупность непрерывных контролирующих действий, позволяющих наблюдать и корректировать по мере необходимости продвижения ученика от незнания к знанию. Для объективности оценки критерии берутся те же, что и при наборе.

Выворотность ног – это способность развернуть ноги (бедра, голени, стопы), в положении en dehors (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу. При определении выворотности ног следует обратить внимание:

- на строение тазобедренного сустава – на степень податливости ног, т. е. На способность всей ноги (бедра, голени и стопы) занять выворотное положение;
- на возможность развития выворотности ног, исходя из наличия активной и пассивной выворотности ног;
- на чрезмерное переразгибание в коленных суставах (резко выраженные X-образные ноги), что иногда обуславливается слабостью связочно-мышечного аппарата и отрицательно сказывается на занятиях хореографией.

Сочетание природной и выработанной на занятиях выворотности ног с легким шагом превращает танец в поистине пленительное зрелище. Выворотность ног позволяет совершенствовать технику, помогает вырабатывать такое качество как артистизм.

Выворотность ног зависит от двух важных факторов. Во-первых, от строения тазобедренного сустава. Во-вторых, от строения ног будущего танцовщика.

#### **Тест для оценки подвижности тазобедренных суставов, эластичности мышц бедра.**

ТЕСТ 1: Лежа на животе (подбородок касается пола) согнуть ногу и с помощи рук постараться коснуться пяткой ягодиц. Бедро согнутой ноги не должно отрываться от поверхности пола.

ТЕСТ 2: Сидя на полу, туловище вертикально, развести выпрямленные ноги как можно шире. Угол между ногами должен составлять не менее 90°.

ТЕСТ 3: Сидя на полу, согнуть ноги в коленях, соприкасаясь ступнями так, чтобы колени касались пола.

Подъем стопы определяется при выворотном положении ног и проверяется поочередно: сначала одна нога, затем другая. Стопа является опорой тела человека и выполняет рессорные функции и функции регулятора равновесия, способствует отталкиванию тела при ходьбе, беге, прыжке. Подъем стопы – это ее изгиб вместе с пальцами. Форма подъема зависит от строения стопы и эластичности ее связок. Различают три формы подъема стопы: высокий, средний и маленький.

### **Тесты для определения подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.**

ТЕСТ 1: Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль тела. При нормальной подвижности голеностопного сустава угол между поверхностью опоры и голенью составляет  $45^{\circ} - 55^{\circ}$ .

ТЕСТ 2: Встать лицом к станку и опереться руками. Отставить выпрямленную ногу как можно дальше назад, не отрывая пятку от пола. Угол между поверхностью пола и прямой ногой должен составлять  $50^{\circ} - 60^{\circ}$ .

ТЕСТ 3: Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

Высота балетного шага определяется при выворотном положении ног в трех направлениях: в сторону, вперед, назад. После проверки величины пассивного шага, произведенной с посторонней помощью, проверяется активный шаг – это способность поднять ногу самостоятельно. Критерием в данном случае служит высота, на которую испытуемый может поднять ноги: для мальчиков норма не ниже  $90^{\circ}$ , для девочек – выше  $90^{\circ}$ . Необходимо обратить внимание на то, насколько легко поднимается нога.

### **Тесты для определения растяжки и оценки танцевального шага.**

ТЕСТ 1: Стоя у палки поднять одну ногу в сторону в «шпагат». Опорная нога должна быть выворотной, обе ноги натянуты.

ТЕСТ 2: Стоя лицом к палке кидать выворотную и выпрямленную ногу назад.

ТЕСТ 3: Стоя лицом к палке положить одну ногу на нее выворотной, опорная нога выворотная и выпрямленная, спина прямая. Съезжать ногой по палке, при этом надо бедра держать на одной линии с телом.

Гибкость тела – это одно из главных профессиональных требований к ребенку. Она показатель пластичности тела артиста, придает танцу выразительность, способствуя тем самым созданию сценического образа.

Гибкость тела определяется величиной прогиба испытуемого вперед и назад. Гибкость корпуса зависит от гибкости позвоночного столба. Степень же подвижности позвоночного столба определяется строением и состоянием позвоночных хрящей.

### **Тесты для оценки гибкости позвоночника.**

ТЕСТ 1: Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперед, опустив руку вниз. Кончики пальцев должны коснуться пола.

ТЕСТ 2: Встать спиной к стене, ноги на расстоянии 30 см. друг от друга. Наклониться как можно ниже в сторону, касаясь спиной стены. Кончики пальцев должны опуститься чуть ниже коленной чашечки.

ТЕСТ 3: лежа на животе с закрепленными стопами, прогнуться, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью и полом должно составлять 10 – 20 см.

Прыжок придает танцу необходимые для него качества: легкость, воздушность, полетность и поэтому является его важной составной частью. Проверяется высота прыжка. Прыжки выполняются несколько раз подряд. Обращается внимание на эластичность ахилового сухожилия, силу толчка от пола и мягкость приземления. Для прыжка важно умение высоко и эластично прыгнуть вверх и сохранить во время прыжка рисунок позы.

Среди двигательных функций особое значение для танца имеет координация движений. Различают три основных вида координации: двигательную, мышечную, нервную.

Для нервной координации характерно чувство ритма, равновесия различных поз, осанки и т. п. В мышечной координации характерно групповое взаимодействие мышц, которое обеспечивает устойчивость тела (при ходьбе, беге, и других движениях). Двигательная координация – это процесс согласования движений звеньев тела в

пространстве и во времени (одновременное и последовательное).

Музыкально-ритмическая координация – это умение согласовывать движение частей тела во времени и в пространстве под музыку.

При обучении детей танцу необходимо знать к какому типу высшей нервной деятельности относится психика того или иного ребенка.

Существует четыре типа высшей нервной деятельности человека:

- темперамент сангвника – сильный, уравновешенный, подвижный;
- темперамент холерика – сильный, неуравновешенный, подвижный;
- темперамент флегматика – сильный, уравновешенный, инертный;
- темперамент меланхолика – слабый, уравновешенный, инертный.

Наиболее подходящий для занятий танцем из четырех типов темпераментов принято считать сангвников и холериков. Флегматики требуют особых, индивидуальных занятий.

**Таблица для фиксирования результатов.**

№ п/п	Параметры	Выворотность, пластичность, стрейчинг		Музыкальность, чувство ритма		Техничность исполнения	
	Фамилия Имя	I	II	I	II	I	II

Низкий уровень - –

Средний уровень - ~

Высокий уровень - +

## АНКЕТА

1. Фамилия, имя. \_\_\_\_\_
2. Сколько времени вы уже занимаетесь танцами? \_\_\_\_\_
3. Из каких источников вы узнали о существовании нашей студии? \_\_\_\_\_
4. Нравится ли вам заниматься хореографией? \_\_\_\_\_
5. Какие отношения у вас с педагогом? \_\_\_\_\_
6. Какой урок нравится больше? \_\_\_\_\_
7. Вы часто пропускаете уроки? \_\_\_\_\_  
Почему? \_\_\_\_\_
8. Нравится ли вам, когда с вами разговаривают на «профессиональном языке»? \_\_\_\_\_
9. Нравится ли вам выступать на сцене? \_\_\_\_\_
10. На твой взгляд, все ли ты делаешь правильно, исполняя танец? \_\_\_\_\_
11. Над чем вам нужно поработать? \_\_\_\_\_
12. Планируете ли вы дальше заниматься в нашем коллективе? \_\_\_\_\_  
Если вы не планируете, то почему? \_\_\_\_\_

ТЕСТ (1-ый год обучения).

1. Какие предметы вы изучаете?
  - А. Народный танец, классический танец.
  - В. Бальный танец, классический танец.
  - С. Современный танец, классический танец.
2. Партерная гимнастика, это:
  - А. Гимнастика на полу.
  - В. У станка.
3. Препарасьон, это:
  - А. Вступление.
  - В. Переход ноги по полу.
4. Какие позиции ног вами используются?
  - А. 1,2,3,4,5,6.
  - В. 1,2,3,6.
  - С. 4,5,6.
5. Деми плие, это:
  - А. Полное приседание.
  - В. Полуприседание.
  - С. Наклон корпуса.
6. Гран плие, это:
  - А. Полное приседание.
  - В. Поднятие на полупальцы.
  - С. Полуприседание.
7. Релеве, это:
  - А. Наклон корпуса.
  - В. Приседание.
  - С. Поднятие на полупальцы.
8. Отведение и приведение ноги.
  - А. Батман тандю.
  - В. Батман релевелян.
  - С. Релеве.
9. Как называется движение по позициям рук на середине зала?
  - А. Аллегро.
  - В. Пор де бра.
  - С. Плие.
10. Какие прыжки вами используются?
  - А. Соте.
  - В. Па жете.
  - С. С поджатыми ногами.
  - Д. Ножницы.
  - Е. Па эшапе.

ТЕСТ (2-ой год обучения).

1. Что входит в урок современного танца?
  - А. Джаз-танец, дорожки.
  - В. Классический экзерсис у станка.
  - С. Партерная гимнастика.
2. Как по-французски звучит слово «упражнение»?
  - А. Пар тер.
  - В. Экзерсис.
3. Какие позиции ног вами используются?
  - А. 1,2,3,4,5,6.
  - В. 1,2,3,5,6.
  - С. 4,5.
4. Деми ронд де жамб пар тер, это:
  - А. Круг ногой по полу.
  - В. Полукруг ногой по полу.
  - С. Медленное поднимание ноги.
5. Пассе, это:
  - А. Поднимание.
  - В. переходящее, проходящее.
6. Круг ногой по полу.
  - А. Деми ронд де жамб пар тер.
  - В. Батман тандю.
  - С. Ронд де жамб пар тер.
7. От себя и к себе.
  - А. Ан деор и ан дедан.
  - В. Пассе пар тер.
  - С. Ан дедан и ан деор.
8. Что такое резкий бросок ноги в точку?
  - А. Батман тандю.
  - В. Пассе пар тер.
  - С. Батман тандю жете.
9. Медленное поднимание ноги, это:
  - А. Батман релевелян.
  - В. Деми ронд де жамб пар тер.
  - С. Батман тандю.
10. Положение ноги на щиколотке опорной ноги, это:
  - А. Пассе.
  - В. Сюр ле ку де пье.
  - С. Батман девелопе.
11. Гран батман, это:
  - А. Большой бросок ноги.
  - В. Резкий бросок ноги в точку.
  - С. Медленное поднимание ноги.
12. Какие пор де бра вы изучили?
  - А. 1,2,3,4,5,6.
  - В. 1,2,3.
  - С. 4,5,6.
13. Быстрая часть танца, прыжок, это:
  - А. Адажио.
  - В. Аллегро.
  - С. Ан фас.
14. Прямое положение корпуса, головы и ног.



- А. Круазэ.
  - В. Эфасэ.
  - С. Ан фас.
15. Апломб, это:
- А. Способность обладать устойчивостью.
  - В. Разновидность прыжка.
  - С. Одна из поз.
16. Полонез. К какому виду танца он относится?
- А. Классический.
  - В. Бальный.
  - С. Историко-бытовой.
17. Перечислите прыжки вами изученные?
- А. Соте.
  - В. Па жете.
  - С. Па эшапе.
  - Д. С поджатыми ногами.
  - Е. Па ассамбле.

### ТЕСТ (3-ий год обучения).

1. Перечислите все виды танцевального искусства, которые вам знакомы.
  - А. Классический.
  - В. Бальный.
  - С. Народный.
  - Д. Историко-бытовой.
  - Е. Джаз-танец.
  - Ф. Модерн-танец.
2. Медленная часть танца.
  - А. Адажио.
  - В. Аллегро.
  - С. Апломб.
3. Быстрая часть танца.
  - А. Адажио.
  - В. Аллегро.
  - С. Апломб.
4. Пике, это:
  - А. Укол.
  - В. Нажим.
  - С. Приседание.
5. Батман фондю, это:
  - А. Бросок ноги в точку.
  - В. Тающее движение.
  - С. Ударное движение.
6. Батман фраппе, это:
  - А. Бросок ноги в точку.
  - В. Тающее движение.
  - С. Ударное движение.
7. Какие бывают сюр ле ку де пье?
  - А. 2 условных, 1 основное.
  - В. 2 основных, 1 условное.
8. Разворачивающее движение.
  - А. Батман тандю.
  - В. Батман релелеян.

- С. Батман девелопе.
9. Движение с высоким броском.  
А. Гран батман жете пике.  
В. Батман тандю жете пике.  
С. Гран батман жете.
10. Эфасэ и круазэ, что это?  
А. Поворот к себе и от себя.  
В. Движение руками.  
С. Позы.
11. Какие пор де бра вы изучили?  
А. 1,2,3,4,5,6.  
В. 1,2,3,4.  
С. 2,3.
12. Там лие, это:  
А. Поворот.  
В. Вытягивать.  
С. Плавное, слитное движение.
13. Какие позы классического танца вами изучены?  
А. Арабеск.  
В. Круазэ.  
С. Экартэ.  
D. Эфасэ.
14. Перечислите все известные вам прыжки.  
А. Соте.  
В. Па жете.  
С. Па эшапе.  
D. Шажман де пье.  
E. Сисон ферме.  
F. Па ассамбле.
15. Тур, это:  
А. Поворот.  
В. Поза.  
С. Положение корпуса.
16. Какие туры вам известны?  
А. Фуэтэ.  
В. Пируэт.  
С. Тур ан лэр.  
D. Тур шенэ.

#### ТЕСТ (4-ый год обучения).

1. Родной язык классического танца.  
А. Французский.  
В. Итальянский.  
С. Английский.
2. Быстрая и медленная часть танца.  
А. Аллегро, апломб.  
В. Аллегро, адажио.  
С. Адажио, апломб.

3. Ронд де жамб анлер.
  - А. Круг ногой в воздухе.
  - В. Круг ногой по полу.
  - С. Медленное поднимание ноги.
4. Движение с высоким колющим броском.
  - А. Гран батман жете пике.
  - В. Батман тандю жете пике.
  - С. Гран батман жете.
5. Как называется поза при поднятой на 90° ноге в согнутом положении?
  - А. Арабеск.
  - В. Атитюд.
  - С. Экартэ.
6. Какие виды позы «Арабеск» вами изучены?
  - А. 1,2,3,4.
  - В. 1.
  - С. 1,2.
7. Па де буррэ, это:
  - А. Кошачий шаг.
  - В. Чеканный танцевальный шаг.
  - С. Прыжок на месте.
8. Плавное, слитное движение, это:
  - А. Там лие.
  - В. Анлер.
  - С. Соте.
9. Какой из ниже перечисленных видов танцевального искусства появился первым?
  - А. Народный танец.
  - В. Бальный танец.
  - С. Классический танец.
  - Д. Джаз-танец.
  - Е. Модерн-танец.
10. Перечислите позы вами изученные.
  - А. Круазэ.
  - В. Экартэ.
  - С. Эфасэ.
  - Д. Атитюд.
  - Е. Арабеск.
11. Перечислите все известные вам прыжки.
  - А. Соте.
  - В. Па жете.
  - С. Шажман де пье.
  - Д. Сисон ферме.
  - Е. Па ассамбле.
  - Ф. Па де ша.
  - Н. Глисад.
  - И. Сисон уверт.
  - Ж. Па шассе.
  - К. Па эшапе.
12. Какие туры вам известны?
  - А. Фуэтэ.
  - В. Пируэт.
  - С. Тур ан лэр.
  - Д. Тур шенэ.

Е. Ан турнан.

### ТЕСТ

1. В каком году во Франции возникла королевская академия танца?
  - А. 1661г.
  - В. 1681г.
  - С. 1462г.
2. Десю-десу, что это:
  - А. Вид па де буррэ.
  - В. К себе от себя.
  - С. Проходящее, переходящее.
3. Какие виды позы «Арабеск» вами изучены?
  - А. 1,2,3,4.
  - В. 1.
  - С. 1,2.
4. Атитюд, это:
  - А. Тающее, слитное.
  - В. Поза при закрытом положении ног.
  - С. Поза при поднятой ноге на 90° в согнутом положении.
5. Какие туры вам известны?
  - А. Фуэтэ.
  - В. Пируэт.
  - С. Тур ан лэр.
  - Д. Тур шенэ.
  - Е. Ан турнан.
  - Ф. Ни один не известен.
  - Н. Все известны.
6. Все ли перечисленные ниже прыжки вам известны?
  1. Па шассе; 2. Па жете; 3. Сисон уверт; 4. Соте; 5. Шажман де пье; 6. Сисон томбе;
  7. Глисад; 8. Па де ша; 9. Сисон фетме; 10. Па ассамбле; 11. Перекидной.
  - А. Все известны.
  - В. Не все известны. (Укажите какие).

### Тест

1. В каком из танцев не применяется IV позиция ног:
  - А) в народном танце
  - Б) в классическом танце
  - В) в hip – hop (хоп – хоп) танце
2. В I позиции ног:
  - А) ступни находятся на одной линии, но между пятками расстояние, равное длины стопы
  - Б) ступни соединены пятками, образуя одну линию
  - В) ступни выворотно примыкают одна к другой, носок одной ноги соприкасается с пяткой другой ноги
3. К какому стилю танца относятся движения volta (вольта), batucada (батукада):
  - А) к классическому танцу
  - Б) к hip – hop (хип – хоп) танцу
  - В) к танцу samda (самба)
4. Движение dip (дип) – это:

- А) эффектное падение  
 Б) вращение  
 В) прыжок
5. Фраза «добавь огня» произносится как:  
 А) *battement tendu* (батман тандю)  
 Б) *bota fogo* (бота фога)  
 В) *pass echarpe* (па эшапе)
6. В позиции *attitude* (аттитюд) свободная нога:  
 А) натянута  
 Б) согнута в колене, образуя тупой угол  
 В) натянута с сокращенной стопой
7. *Pa balance* (па балансе) означает  
 А) раскручивание  
 Б) раскачивание  
 В) разбег
8. Музыка к балету «Щелкунчик» написал:  
 А) Петр Ильич Чайковский  
 Б) Сергей Сергеевич Прокофьев  
 В) Модест Петрович Мусоргский 9.
- Demі* в танцах означает:  
 А) термин, указывающий, что движение выполняется по полу  
 Б) термин, определяющий максимальную величину движения  
 В) термин, указывающий, что выполняется половина движения
10. Народный танец – это:  
 А) это танец несущий соревнование  
 Б) выразительные движения человеческого тела  
 В) древнейший вид народного искусства, созданный народом и исполняемый в быту.

### ***Оценочные критерии.***

9-10 правильных ответов	Результат высокий
8-6 правильных ответов	Результат средний
5 и менее правильных	Результат низкий

## ОТВЕТЫ К ТЕСТАМ.

(1-ый год обучения).

- |       |              |
|-------|--------------|
| 1. .  | 7. А.        |
| 2. С. | 8. С.        |
| 3. А. | 9. А.        |
| 4. А. | 10. В.       |
| 5. В. | 11. А, С, D. |
| 6. В. |              |

(2-ой год обучения).

- |       |              |
|-------|--------------|
| 1. А. | 10. В.       |
| 2. В. | 11. А.       |
| 3. В. | 12. В.       |
| 4. В. | 13. В.       |
| 5. В. | 14. А.       |
| 6. С. | 15. С.       |
| 7. А. | 16. С.       |
| 8. С. | 17. А, С, D. |
| 9. А. |              |

(3-ий год обучения).

- |                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| 1. А, В, С, D, E, F. | 9. С.           |
| 2. А.                | 10. С.          |
| 3. В.                | 11. В.          |
| 4. А.                | 12. С.          |
| 5. В.                | 13. В, D.       |
| 6. С.                | 14. А, С, D, F. |
| 7. В.                | 15. А.          |
| 8. С.                | 16. В, D.       |

(4-ый год обучения).

- |       |                          |
|-------|--------------------------|
| 1. А. | 7. В.                    |
| 2. В. | 8. А.                    |
| 3. А. | 9. С.                    |
| 4. А. | 10. А, С, D, E.          |
| 5. В. | 11. А, В, С, E, F, H, J. |
| 6. С. | 12. В, D, E.             |

(5-ый год обучения).

1. А.
2. А.
3. А.
4. С.
5. H.
6. А.