УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ХАБАРОВСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г. ХАБАРОВСКА
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «ВОСХОЖДЕНИЕ»

**Принята**
на заседании
педагогического совета
от «30» июня 2026 г.
протокол № 4

**Утверждаю**
Директор
МАУДО ДЮЦ «Восхождение»
г. Хабаровска
Зыкова Е.Н.
от «30» июня 2026 г.

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
# «В РИТМЕ ТАНЦА»

**Направленность программы:** художественная
**Возраст обучающихся:** 10-13, 13-16 лет
**Уровень освоения**: базовый
**Срок реализации программы:** 5 лет

**Автор-составитель программы:**
Шостова Елена Анатольевна,
Котова Екатерина Ивановна,
педагоги дополнительного образования

г. Хабаровск
2026 год

# *КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ*

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В ритме танца» имеет художественную направленность, направление – хореография, базовый уровень освоения.

**Нормативно-правовая база**

При разработке данной программы были учтены нормативно - правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273- ФЗ (ред. от 08.12.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
6. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, реализуемой в Хабаровском крае (утверждено приказом КГАОУДО «Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края)» от 27 мая 2025 г. № 220П).
7. Постановление администрации г. Хабаровска от.25.10.2019 г. №3501 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей на территории городского округа «Город Хабаровск».
8. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования г. Хабаровска «Детско-юношеский центр «Восхождение» от 13.05.2025 г.

**Актуальность программы**

В настоящее время общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья детей.

**Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью программы является укрепление физического и психологического здоровья обучающихся, повышение эмоционального благополучия детей. Формирование у учащегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формирование самодостаточного проявления своего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого учащегося.

**Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность программы основывается на принципах воспитания и обучения. Это принцип взаимосвязи обучения и развития и принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает им возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия.

Также большое значение в программе отводится воспитательной работе, которая заключается в поддержании многолетних традиций коллектива: День рождения центра «Восхождение», Новогодние утренники, Отчетные концерты, танцевальные сборы в пионерских лагерях, творческие поездки в КНР.

**Адресат программы**

Дети в возрасте 10-16 лет, желающие заниматься современным танцевальным направлением, при отсутствии противопоказаний по состоянию здоровья, согласно заявлений родителей (законных представителей).

Подростковый возраст – это остро протекающий переход от детства к взрослости, активное формирование личности. С одной стороны, этот период характеризуется дисгармоничностью в строении личности, конфликтным характером поведения в отношении взрослых. Бурный физический рост и половое созревание приводят к повышенной утомляемости, возбудимости, раздражительности, негативизму. Одним из важнейших новообразований подросткового возраста является формирование чувства взрослости и связанные с этим процессы изменения самооценки и самосознания. Ведущая деятельность – это общение, которое позволяет подростку искать себя, постоянно сравнивать себя со сверстниками и вырабатывать самооценку. Необходимо у подростков развивать чувство ответственности за собственную деятельность и ее конечный результат.

**Цель программы:** развитие творческих способностей и общей культуры учащихся посредством изучения основ хореографического искусства.

**Задачи программы**

*Предметные*

-формирование знаний об основных хореографических понятиях, основ классического и современного танца;

-обучение навыкам постановочной и концертной деятельности;

-формирование первоначальных представлений о значении хореографии для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического).

*Метапредметные*

-способствовать развитию гибкости, координации движений, пластики, силы, выносливости;

-способствовать раскрепощению, снятию зажимов, психологических барьеров;

-способствовать развитию коммуникативных навыков.

*Личностные*

-способствовать воспитанию потребности к систематическим занятиям, интереса к изучению национальной хореографической культуры и современной хореографии;

-способствовать воспитанию общей культуры, эстетических предпочтений учащихся;

-способствовать воспитанию культуры движения, социально-творческой активности обучающихся.

**Форма обучения –** очная.

**Особенности организации образовательного процесса**

*Формы занятий:* традиционное занятие; комбинированное занятие; практическое занятие (тренировка, репетиция); праздник, конкурс, фестиваль; творческая встреча, мастер - класс, тренинг, battle (командная, индивидуальная битва - кто кого перетанцует), djam (дружеская встреча сборных команд, индивидуальный обмен опытом); информационная беседа, учебный диалог, лекция; концерт, открытый урок. Содержанием программы предусмотрены: видео-урок, экскурсия, коллективное посещение концертов, массовых мероприятий, участие в соревнованиях, творческих выступлениях, молодежных проектах, тестирование, анкетирование.

*Формы организации деятельности учащихся на занятии:* фронтальная; в парах; групповая; индивидуально-групповая; ансамблевая. Основной формой является групповая (по 13-15 человек), в сочетании принципа группового обучения с индивидуальным подходом. Группы формируются в начале учебного года, согласно Уставу МАУДО ДЮЦ «Восхождение» и санитарно-эпидемиологических правил, и требований к наполняемости учебных групп и предусматривает обучение разновозрастных групп детей и подростков.

Репетиционные занятия (репетиция от лат. repetitio - повторение) - основная форма подготовки (под руководством хореографа) представлений, концертных программ, отдельных номеров, сцен путем многократных повторений (целиком и частями).

Практическое занятие – (от греческого praktikos – деятельный, активный), материальная, целеполагающая деятельность детей. Отработка танцевальных схем, постановок и т.д.

**Срок и объём реализации программы:** 1176 часов на 5 лет обучения.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:**

Для 1 г.о.: 2 раза в неделю по 2 часа, итого 144 часа за учебный год и 28 часов в летний период.

Для 2-5 г.о.: 2 раза в неделю по 3 часа или 3 раза в неделю по 2 часа, итого 216 часов за учебный год и 42 часа в летний период.
В летний период режим занятий может меняться. Продолжительность учебного часа 45 минут учебного времени.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*Предметные:*
- знают наиболее употребляемую терминологию хореографического искусства, основные эстетические и стилевые направления в области хореографического искусства;
- владеют навыками сценической практики, постановочной и концертной деятельности, ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- понимают значение хореографии для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), владеют навыками сохранения и поддержки собственной физической формы, знают основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке.

*Метапредметные:*
- обладают гибкостью, силой, выносливостью, координацией и пластической выразительностью движений, чувством ритма;
- обладают волевыми качествами;
- приобрели навыки коллективной работы со сверстниками, научились бесконфликтному взаимодействию в ходе занятий,

*Личностные:*
- сформировано позитивное отношение к творческим занятиям, интерес к изучению родной национальной хореографической культуры и к познанию современной хореографии;
- владеют развитой общей культурой, проявляющейся в эстетических предпочтениях учащихся;
- проявляют творческую активность.

Результат данной программы предусматривает создание творческого коллектива, где учащиеся в полной мере могут реализовать свои исполнительские и творческие возможности, участвуя, как в общецентровских, так и в районных мероприятиях.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план 1 год обучения

| № | Раздел | Количество часов | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | теория | практика | всего | Формы контроля |
| 1 | **Вводное занятие** | 2 | 2 | **4** | Тестирование, открытый урок, фиксация результатов |
| 2 | **Партерная гимнастика** | 4 | 28 | **32** | Наблюдение, фиксация |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | результатов |
| 3 | **Классический танец** | 4 | 26 | **30** | Наблюдение, фиксация результатов у станка и на середине класса |
| 4 | **Ритмика** | 4 | 28 | **32** | Тестирование, импровизация |
| 5 | **Композиция танца** | 2 | 36 | **38** | Выступление на сценической площадке, фиксация результатов |
| 6 | **Воспитательно–познавательная деятельность** | 2 | 4 | **6** | Наблюдение, опрос |
| 7 | **Итоговая аттестация** | | 2 | **2** | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций, зачёт |
| | **Итого часов за учебный год** | **18** | **126** | **144** | |
| 8 | **Летний раздел** | **6** | **22** | **28** | |
| | Репетиционная работа | 3 | 10 | 13 | |
| | Актерское мастерство | 1 | 4 | 5 | |
| | Развитие физических данных | 1 | 4 | 5 | |
| | Игры на воображение | 1 | 4 | 5 | |
| | **Всего часов** | | | **172** | |

## Содержание учебного плана 1 года обучения

### 1.Вводное занятие

Теория*:* Знакомство, анкетирование, собеседование, правила поведения и инструктаж по технике безопасности, содержание программы занятий.

Понятие «танец», возникновение танца в первобытном обществе, его значение в жизни наших предков. Отличительные особенности обрядовых танцев и танцев-имитаций. Обрядовые хороводы. Роль мимики и жестов в передаче сценического образа. Точки в пространстве сцены.

Основы музыкальных ритмов. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика*:* знакомство с комплексом упражнений, составляющих разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

### 2. Партерная гимнастика

Теория*:* партерная гимнастика представляет собой особую систему упражнений, которые призваны укрепить мышцы и развить силу, улучшить или восстановить подвижность суставов, придать тканям, связкам и мышцам эластичность. Под «партерной» гимнастикой понимают выполнение различного рода упражнений, в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

Практика:

- упражнение на подвижность голеностопного сустава;
- упражнение на развитие шага;

- упражнение на развитие гибкости;
-упражнение на укрепление позвоночника;
-упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса;
- упражнение на развитие выворотности ног;
-упражнение на развитие мышц паха;
- растяжка ног (вперед, в сторону);
- наклоны корпуса к ногам;
- упражнение на полу (шпагат).

**3 Классический танец**

Теория*:* Классический танец — это определенный вид хореографический пластики, это основа любого танца и балет можно назвать фундаментом любого сценического танца. Классический танец развивает осанку, вырабатывает ответственность, уважение к искусству, развивает гибкость и легкость. Учит выражать свои чувства с помощью танца, чувствовать себя уверенным и развязным, способствует развитию интеллекта и культуры

Практика: перечень движений, изучаемых у станка:

1.Позиции ног: I, II, V.
2.Постановка корпуса одной рукой запалку в сочетании с port de bras (I,II,III позиции рук).
3. Demi plie no I,II,позициям.
4. Grand plie no I,II позиции.
5. Battements tendu из I позиции.
6.Passe par terre: с demi plie по I позиции, с окончанием в demi plie.
7.Battement tendu jete из I позиции во всех направлениях: с pique; из V позиции.
8. Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans.
9. Положение ноги sur le cou de pied: «условное» спереди, сзади, «обхватное».
10.Battement frappe лицом к станку, носком в пол, в сторону во всех направлениях.
11.Battements frappe боком к станку, носком в пол во всех направлениях.
12.Battements fondu носком в пол во всех направлениях, лицом к станку; боком к станку, носком в пол.
13. Preparation к rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
14.Battements releve lent на 90º во всех направлениях лицом, боком к станку.
15.Понятие retire.
16.Grand battements jete из I позиции лицом и боком к станку.
17.Releve по I,II,Vпозициям: с вытянутых ног, с demi plie.
18.Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях: в сторону, вперед, назад.

**4.Ритмика**

Теория**:** беседа о музыке, ритмическом рисунке, оттенках в музыке. Беседа о технике безопасности выполнения спортивных упражнений

Практика*:* Начало и окончание движения вместе с началом и окончанием музыкальной фразы. Понятие «вступление», «интервал». Перемена движений в связи с изменением темпа и характера музыкального сопровождения. Передача в движениях динамических и медленных оттенков музыки. Упражнения на ритм, координацию, ориентировку в пространстве, музыкальную и зрительную память. Вы-

полнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания музыкального репертуара. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Хлопки, притопы с разным ритмическим рисунком.

**5 Композиция танца**

Теория: происходит от латинского «composition» - соединение, связь. Это понятие в равной степени относится как к целому хореографическому произведению, так и к определенному танцевальному этюду или танцевальной комбинации. Композиция определяет взаимодействие художественных средств, используемых в хореографическом произведении. Ее задача способствовать созданию гармоничных художественных произведений.

Практика*:* фигурное построение танца (круг, линия, колонна). Постановка рисунка танца, перестроение из рисунка в рисунок на основе танца «Березка», «Морской» Постановка танца «Ангелы». Разучивание танцевальных элементов, постановка танца по рисунку и отработка на сцене танца «Нарисуй этот мир». Танцевальные движения: «подскоки», «боковой приставной шаг», «боковой галоп», «ковырялочка», «танцевальный бег», бег «лошадок». Разучивание танцевальных движений, соединение их в танцевальные связки.

**6.Воспитательно–познавательная деятельность**

Теория. Воспитание интереса к занятиям хореографией (беседы, дискуссии и т.д.).

Практика*:* «Хореография – искусство танца». Просмотр видеоматериалов на тему балет «Золушка», «Конёк – Горбунок», документальный фильм «Пленники Терпсихоры». Создание и характеристика образов, необходимых для исполнения танцевальных постановок. Совместная работа над созданием концертных костюмов. Участие в праздничных концертах, фестивалях, конкурсах.

**7.Итоговая аттестация**

Теория. Объяснение обучающимся важности и актуальности для современного дополнительного образования итоговой аттестации.

Практика: Итоговое занятие. Аттестация учеников на предмет правильности исполнения классического танца 1 года обучения. Получение зачетов.

**8. Летний раздел**

Развитие физических данных

Теория: беседа об образном исполнении движений.

Практика: экзерсис у станка для развития хореографических и физических данных у детей: выворотность в стопе, колене, бедре, высокий подъем, вытянутость колена и пальцев, величину шага, гибкость корпуса, силу ног, пластичность рук, высоту прыжка и апломб.

Актерское мастерство

Теория: Понятие игра. Возникновение игры. Объяснение правила игр.

Практика: Этюды. Инсценировка миниатюр. Игры на воображение

Игры на развитие памяти, внимания творческого воображения, наблюдательности, на перевоплощение («Что на что похоже», «Рисунок в несколько рук», «Волшебные кляксы», «Слово ассоциации»). Этюды на общение, на выразительность жестов, с воображаемыми предметами, с заданными обстоятельствами, на эмоции и вежливое поведение. (Этюд «Попугай в клетке»). Игра развивающая артистичность «Крокодил», наблюдение за походками людей и копирование пластикой, пантомимические этюды на воображение «Во дворе», «Осень», «Домашние животные». Этюды под музыку на заданную тему: «Новогодняя сказка» (используя движения изобразить Снеговика, Снегурочку, снежинку и т.д.)

Игры на воображения

Теория: Что такое образ в танце. Как создается образ. Что такое перевоплощение. Наблюдения за окружающим миром.

Практика: Упражнения для передачи внутреннего состояния с подключением всего тела развивают образное мышление и помогают наполнить движение эмоциональным содержанием. (Упражнения «ссора», «примирение», «ура!», игра в ассоциации: называется какой-нибудь предмет, к нему придумываются прилагательные или наоборот). Упражнения для развития эмоциональности и артистичности для создания образа в танце (Копирование звуков, движений, внешнего вида животных. Например, медведя, зайца, лягушки. Постановка маленьких сценок с участием нескольких животных на тему: «Животные – друзья», «Животные - враги», «Семья» и др. Копирование растений. Например, колючка, падающий лист, цветок на ветру, распускающийся цветок. Постановка этюдов, которые выражают определенные действия, характер человека, его способности, его отношения к чему-либо. Например, стирка и развешивание белья, приготовление ко сну, стояние в очереди.

**Планируемые результаты 1 года обучения**:

Личностные: иметь навыки общей музыкальности, чувство ритма, выразительности, координации, свободы движений, пластичности и легкости тела при выполнении заданий по инструкции педагога.

Метапредметные: иметь представление о построении и перестроении в танцевальном классе (танцевальные рисунки), постановке композиционных рисунках в танцах.

Предметные: иметь навыки основных правил постановки корпуса, рук, ног и головы, выполнения упражнений и движений в комплексах ОРУ.

## Учебный план 2 год обучения

| № | Раздел | Количество часов | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | теория | практика | всего | Форма контроля |
| 1 | **Вводное занятие** | 2 | 2 | **4** | Тестирование, открытый урок, фиксация результатов |
| 2 | **Партерная гимнастика** | 8 | 38 | **46** | Наблюдение, фиксация результатов |
| 3 | **Классический танец** | 3 | 43 | **46** | Наблюдение, фиксация результатов у станка и на середине класса |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 4 | **Ритмика** | 3 | 43 | **46** | Тестирование, импровизация |
| 5 | **Композиция танца** | 4 | 46 | **50** | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| 6 | **Воспитательно–познавательная деятельность** | 2 | 18 | **20** | Наблюдение, опрос |
| 7 | **Итоговая аттестация** | 2 | 2 | **4** | Выступление на сценической площадке, фиксация результатов |
| | **Итого часов за учебный год** | **24** | **192** | **216** | |
| 8 | **Летний раздел** | **10** | **32** | **42** | |
| | Репетиционная работа | 4 | 14 | 18 | |
| | Актерское мастерство | 2 | 6 | 8 | |
| | Равитие физических данных | 2 | 6 | 8 | |
| | Игры на воображение | 2 | 6 | 8 | |
| | ВСЕГО | | | **258** | |

## Содержание учебного плана 2 года обучения

### 1.Вводное занятие

Теория: Знакомство детей с программой занятий и программой выступлений.
Беседы по технике безопасности в классе хореографии**.** Общая и спортивная этика. Правила поведения в коллективе. Правила поведения воспитанников на сцене и за кулисами.

Основы музыкальных ритмов. Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика*:* Знакомство с комплексом упражнений, составляющих разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

### 2. Партерная гимнастика:

Теория: беседа об укреплении здоровья, развитие мышечной силы, гибкости и выносливости. Беседа о технике безопасности выполнения комплексов упражнений

Практика: общий комплекс тренировочных упражнений для исправления осанки, правильного положения стоп, укрепления мышц спины, ног, брюшного пресса.

### 3. Классический танец:

Теория: беседа о композиционной постановке танца, сценическом образе в танце. Беседа о технике безопасности выполнения танцевальной композиции.

Практика: повторение экзерсиса у станка 1 года обучения и добавление экзерсиса на середине зала.

1.Форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).
2.Demi plie no I,II,V позициям ;
grand plie по I, II позициям.
3 Battements tendu из I позиции во всех направлениях;
4 - с demi plie .

5 Battements tendu jete во всех направлениях из I позиции;
6 -c pique.
7 Demi rond de jambe par terre;
8 - rond de jambe par terre (полный круг).
9 Battements releve lent во всех направлениях на 90°.
10 Grand battement jete из I позиции в первоначальной раскладке.
11 ALLEGRO
12 Temps leve saute no I, II позициям;
13 - V позиции.
14 Petit changement de pied.
15 Раз echappe в первой раскладке.
16 Шаг польки

**4.Ритмика**

Теория. Ритмика (от греч. rhythmos — порядок движения) – это практические занятия, в ходе которых музыкальные образы передаются при помощи движений. В процессе выполнения специальных упражнений дети учатся воспринимать музыку и выражать полученные эмоции телом. Музыкальное сопровождение (аккомпанемент и фонограмма) – это важнейший компонент занятий ритмикой.

Практика. Начало и окончание движения вместе с началом и окончанием музыкальной фразы. Понятие «вступление», «интервал». Перемена движений в связи с изменением темпа и характера музыкального сопровождения. Передача в движениях динамических и медленных оттенков музыки. Упражнения на ритм, координацию, ориентировку в пространстве, музыкальную и зрительную память. Фигурное построение по заданному рисунку. Игры на развитие чувства ритма «Класс» «Белка, «Кто, кого перепоет», «Шахматы, «развитие координации «У оленя дом большой», развития воображения «Создай фигуру», «Зеркало». Построение, диагональ, два круга, «шахматный порядок», две колонны.

**5. Композиция танца.**

Теория. Композиция танца – это органически связанная совокупность танцевальных движений, образующих некое единое целое. Композиция танца состоит из ряда компонентов. В нее входят: драматургия (содержание), музыка, текст (движения, позы, жестикуляция, мимика), рисунок (перемещение танцующих по сценической площадке), всевозможные ракурсы.

Практика . Положение рук на поясе, «крестом», «лодочкой».

Танцевальные движения: «подскоки», «боковой приставной шаг», «боковой галоп», «ковырялочка», «танцевальный бег», бег «лошадок». Хлопки, притопы с разным ритмическим рисунком. Разучивание танцевальных движений, соединение их в танцевальные связки. Постановка музыкально – ритмических композиций. Постановка танцевальных композиций «Цветы и феи», «Веселые мышата», «Экипаж».

**6. Воспитательно–познавательная деятельность.**

Теория. Беседы по технике безопасности в классе хореографии, «Хореография – искусство танца». Просмотр видеоматериалов на тему балет «Лебединое озеро», «Щелкунчик».

Практика. Создание и характеристика образов, необходимых для исполнения танцевальных постановок. Совместная работа над созданием концертных костюмов. Участие в праздничных концертах, фестивалях, конкурсах.

**7. Промежуточная, итоговая аттестация**

Теория. Выявить результат освоения программы 2 года обучения.

Практика. Выступление перед родителями и воспитанниками коллектива.

**8. Летний раздел**

Репетиционная работа, повторение танцев.

Теория: Репетицию можно представить как сложный художественно-педагогический процесс, в основе которого лежит коллективная творческая деятельность, предполагающая определённый уровень подготовки участников.

Практика: Репетиция начинается с разминки. Обязательно планировать репетицию, в противном случае появится элемент стихийности, разбросанности, самотёка. Не следует репетировать один и тот же номер более 2-3 раз.

Развитие физических данных

Теория: беседа о правильном расслаблении мышц и подготовки к физической нагрузке.

Практика: экзерсис у станка для развития хореографических и физических данных у детей, упражнения на координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость.

Актерское мастерство

Теория: импровизация как средство развития артистизма. Что такое импровизация. Знакомство с основными законами и приемами импровизации

Практика: упражнения на развитие импровизационных качеств (движения, выученные на занятии, исполнить в своем варианте, исполнить в различной последовательности, выстроить в комплекс для ритмической разминки. В выполнении «на время» набрать как можно больше разнообразных движений.) Задания на танцевально-музыкальную импровизацию («Детский тренинг», «Стоп-кадр», «Тренинг с хлопками», «Диагональ зала», «Контраст», «Повторяй за мной», «Придумай танцевальную композицию»). Пляски-импровизации на основе разученных движений (пляска типа «зеркало», пляска, где дети сочиняют движения на первую ее часть, а для второй части движения показывает педагог, пляска, где дети сочиняют движения для ее первой и второй частей).

Игры на воображение

Теория: беседа о взаимодействии с партнером: «дай откусить, учащийся задает пластический вопрос своему партнеру, партнер должен понять, о чем идет речь и дать ответ также в пластической форме»

Практика: упражнения на развитие образного восприятия музыки развивают творческое мышление обучающихся, помогают понять музыкальное произведение как эмоциональный разговор о чем-то, будит воображение. Прослушивается музыкальный отрывок, придумывается сначала словесный, а позже пластический рассказ, история. Образные этюды «Доброе утро», «Березка», «Птицы», «Медведь и пчела», «На лугу».

## Учебный план 3 года обучения

| № п/п | Раздел | Количество часов | | | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| 1. | **Вводное, итоговое занятие** | 2 | 2 | **4** | Тестирование, открытый урок, фиксация результатов |
| 2. | **Коллективно - порядковые упражнения** | 2 | 26 | **28** | Наблюдение, фиксация результатов |
| 3. | **Партерная гимнастика** | 4 | 32 | **36** | Наблюдение, тестирование |
| 4. | **Классический танец** | 2 | 26 | **28** | фиксация результатов у станка и на середине класса |
| 5. | **Джаз-модерн танец** | 4 | 28 | **32** | Исполнение, фиксация результатов |
| 6. | **Танцевальная импровизация** | 1 | 29 | **30** | Наблюдение, опрос |
| 7. | **Воспитательно-познавательная деятельность** | 5 | 23 | **28** | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| 8. | **Репетиционно - постановочная работа** | 1 | 25 | **26** | Тестирование, импровизация |
| 9. | **Промежуточная, итоговая аттестация** | 2 | 2 | **4** | Наблюдение, опрос |
| | **Итого часов за учебный год** | **23** | **193** | **216** | |
| 10 | **Летний раздел** | **10** | **32** | **42** | |
| | Повторение пройденного за год | 4 | 14 | 18 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | Актёрское мастерство | 2 | 6 | 8 | Исполнение, фиксация результатов |
| | Уроки визажа | 2 | 6 | 8 | Наблюдение, опрос |
| | Уроки стилистики | 2 | 6 | 8 | Наблюдение, опрос |
| | **Всего** | | | **258** | |

## Содержание учебного плана 3 года обучения

**1. Вводное, итоговое занятие.**

Теория*:* Программа занятий и выступлений. Инструктаж по технике безопасности. История современного танца. Основные понятия исполнения Джаз-модерн танца.

Практика: знакомство с комплексом упражнений, составляющих разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика

**2. Коллективно – порядковые упражнения**.

Теория. Организовать коллектив, создать у детей бодрое, рабочее настроение.

Практика**.** Фигурное построение по заданному рисунку. Комплекс разминки, ритмические упражнения. Упражнения на координацию, ориентировку в пространстве, память.

**3.Партерная гимнастика.**

Теория. Партерная гимнастика позволяет поддерживать организм в тонусе, избавляют от болей в спине и суставах: это особенно актуально для современных детей, ведь они много времени проводят за школьной партой

Практика. Общий комплекс тренировочных упражнений с добавлением элементов «модерна», на ковриках. Лёгкие и силовые прыжки. Растяжки.

**4.Классический танец.**

Теория: на третьем году обучения закрепляется азбука классического танца. Основными задачами являются закрепления пройденного материала.

Практика: Перечень движений у станка:

1.Demi plie no IV позиции;

- grand plie no IV позиции.

2. Demi rond de jambe на $45^0$ en dehors, en dedans,

- на demi plie.

3. Battements fo**n**du c plie - releve с выходом на полупальцы.

4. Battements double frappe с окончанием в demi plie.

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

6. Battements developpe с окончанием в demi plie.

7. III форма port de bras с вытянутой ногой назад (растяжка без перехода на работающую ногу).

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

9. Grand battements jete с poin

**5.Джаз-модерн танец.**

Теория: История появления и значение данного направления хореографии. Понятие о графическом рисунке данного танца. Особенности и отличительные черты джаз-модерн танца от других направлений хореографии. Блиц-опрос по итогам изучения данного раздела.

Практика: 1. Разогрев:

- Упражнения у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки, demi-plie и grand plie по параллельным и выворотным позициям, упражнения для разогрева стопы и голено-стопа.

- В партере: упражнения для позвоночника, упражнения стрэтч-характера, упражнения для разогрева стопы и голено-стопа.

2. Изоляция.

Голова:

Крест. Наклон вперед, в сторону (вправо или влево), назад в другую сторону, каждый раз возвращаясь в центр.

Квадрат. Те же направления: вперед-вправо-назад-влево без возврата в центр.

Круг. Слитное соединение всех направлений.

Фиксированный полукруг. Поворот вправо, слитный перевод влево, касаясь подбородком груди.

Свинговый полукруг. Свободное раскачивание головы справа налево, шея максимально расслаблена.

Sundari - крест. Голова вперед-центр-смещение вправо-цснтр-смещениеназад-центр-влево-центр.

gundari - квадрат. Исполняется аналогично, но без возврата в центр.

Sundari - круг. Исполняется аналогично, но все точки соединяются в слитном движении.

Плечи:
Крест. Вперед-центр-вверх-центр-назад-центр-вниз-центр. Крест может начинаться в любом направлении; возможны акценты в той или иной точке.
Квадрат. Исполняется аналогично кресту, но без возврата в центр. Все точки квадрата должны быть равноудалены от центра.
Полукруги. Могут исполняться одним и двумя плечами одновременно. Наиболее распространены полукруги спереди-назад и сзади-вперед через верхнюю точку, однако возможен переход и через крайнюю нижнюю точку.
Круг. Исполняется в двух направлениях - к себе и от себя; может исполняться двумя плечами одновременно и каждым отдельно.
«Восьмерка».
Грудная клетка:
Крест. Исполняется как в горизонтальной, так и в вертикальной плоскости. Горизонтальный крест: вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр. Вертикальный крест: вверх-центр-вправо-центр-вниз-центр-влево-центр. Так же, как в движениях других центров, крест можно начинать с любой точки и в любом направлении.
Квадрат. Исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр. Может быть в горизонтальной и в вертикальной плоскости.
Полукруги. Исполняются справа налево и слева направо через крайнюю переднюю точку.
Круги. Исполняются в горизонтальной и вертикальной плоскости за счет слитного соединения всех направлений.
Изучение движений грудной клетки идет, как и в других случаях, от простого к сложному, но здесь этот принцип должен соблюдаться с особой тщательностью: подготовительные упражнения, движения в «чистом» виде, затем комбинации.
Пелвис (тазобедренная часть) :
Виды движений:
• движение вперед-назад;
• движение из стороны в сторону;
• hip lift - подъем бедра вверх;
• shimmi;
• jelly roll.
Крест. Вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр.
Как и во всех остальных движениях изолированных центров, он может исполняться двумя способами: резкий, стаккатированный толчок - thrust и медленное сжатие. Крест может начинаться с любой точки; возможны акценты.
Квадрат. Исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр. Основное внимание следует уделить неподвижности коленей и равноудаленности всех точек от центра.
Полукруги. Исполняются слева направо и справа налево как через переднюю крайнюю точку, так и через заднюю крайнюю.
Круги. Исполняются вправо и влево. Основное внимание также уделяется неподвижности коленей.

«Восьмерка». Правое бедро выдвигается направо по диагонали, затем полукруг и возврат назад. При возврате правого бедра аналогично начинает двигаться левое. На начальной стадии обучения можно использовать трамплинное сгибание коленей, которое дает дополнительный толчок для движения бедер. В дальнейшем необходимо научиться исполнять «восьмерку» изолированно.
Полукруг одним бедром. В этом случае «рабочая» нога должна находиться «без веса». Полукруги одним бедром могут исполняться наружу и вовнутрь.
3. Упражнения для позвоночника.
- наклоны торса:
*Flat back* (плоская спина)
*Deep body bend*
*Side stretch*
- изгибы торса:
*Curve (керф)*
*Arch (арка)*
*Twist торса*
*Roll down и roll up*
- спирали;
- body roll («волна»);
- contraction, release, high release;
- tilt, lay out.
4. Уровни.
Стоя:
а) верхний уровень (на полупальцах);
б) средний уровень (на всей стопе);
в) нижний уровень (колени согнуты). На четвереньках:
а) опора на руках и коленях;
б) одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки;
в) одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.
Стоя на коленях:
а) стоя на двух коленях;
б) стоя на одном колене, другая нога открыта в любом из направлений.
Сидя:
а) frog-position (колени согнуты, стопы вместе);
б) первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед);
в) вторая позиция (ноги разведены в стороны);
г) четвертая позиция или «swastic»;
д) пятая позиция (ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой).
Пятая позиция ног в положении «сидя» имеет два варианта. Первый, когда колени согнуты, раскрыты в сторону и одна стопа стоит перед другой стопой в положении point (то есть с вытянутыми пальцами). Другой вариант, т.н. pinch - позиция, когда одна нога находится перед другой, но голень, т.е. пальцы правой ноги около колена левой ноги, бедра плотно примыкают к полу;
е) колени согнуты и соединены (стопы стоят на полу параллельно);
ж) джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута);

з) сидя на одном бедре (колено опорной ноги согнуто, тяжесть корпуса переносится с ягодиц на бедро, свободная нога открыта назад или в сторону и оторвана от пола).
Лежа**:**
а) на спине;
б) на животе;
в) на боку.
Виды упражнений, исполняемые в различных уровнях:
Изоляция
1. Изоляция головы может исполняться во всех уровнях, в том числе лежа на спине и на животе. Упражнения аналогичны упражнениям в положении «стоя».
2. Изоляция плеч исполняется во всех позициях «сидя». Не может исполняться в нижних уровнях и в положении «стоя на четвереньках».
3. Изоляция грудной клетки может исполняться в положении «стоя на четвереньках» (движение вверх и вниз). Небольшое смещение из стороны в сторону исполняется во второй позиции. Движение грудной клетки вперед-назад может быть во всех позициях «сидя». Подъем грудной клетки может исполняться в положении «лежа на спине».
4. Изоляция пелвиса может исполняться только в положении «стоя на четвереньках» и в положении «стоя на коленях».
5. Изоляция рук может исполняться во всех уровнях, за исключением положения «стоя на четвереньках».
6. Изоляция ареалов ног исполняется в первой и второй позициях, а также в положении «лежа». Эти упражнения заключаются в сокращении и натяжении стопы (положения flex и point), круговых движениях стоп и голеностопа, а также подъемах ног типа grand battement

**6.Танцевальная импровизация.**

Теория. Для того чтобы научить учащихся выражать свою внутреннюю энергию в танце, необходимо научить его импровизировать. Это даёт уверенность в своих силах и возможностях. Импровизируя, учащиеся не только осознают свое тело, выражая свои мысли в движениях, но и освобождаются от зажатости, скованности, тем самым становятся увереннее в себе.

Практика. Разминка в эстрадном характере. Танцевальные связки, комбинации эстрадного танца. Самостоятельное сочинение эстрадных композиций.

**7.Воспитательно-познавательная деятельность.**

Теория. Беседы «Техника безопасности в классе хореографии», «Современные направления в хореографии», «Великие исполнители и постановщики». Практика. Просмотр видеоматериалов: «Отчетный концерт» (самоанализ выступлений). Создание и характеристика образов, необходимых для исполнения танцевальных постановок.

**8.Репетиционно - постановочная работа**

Теория. Беседа с обучающимися о графике проведения репетиционной работы. Постановка целей и задач. Решение возникающих вопросов/ правила поведения во время массовых мероприятий.

Практика. Постановка танцевальных композиций в классическом, народном, эстрадном характере. Углублённая предметная подготовка влияет на качество концертных номеров, на разнообразие репертуара, что позволяет обучающимся принимать активное участие в концертной деятельности и хореографических конкурсах на различных уровнях. Танцевальные постановки «Вальс цветов», «Крези КО КО», «Мечтай», «Not today».

**9. Промежуточная, итоговая аттестация**

Теория. Выявить результат освоения программы 3 года обучения. Итоговое занятие.

Практика. Аттестация учеников на предмет правильности исполнения современного танца и классического танца 3 года обучения. Получение зачетов. Участие в конкурсах и фестивалях.

**10. Летний раздел**

Репетиционная работа, повторение танцев.

Теория: Репетицию можно представить как сложный художественно-педагогический процесс, в основе которого лежит коллективная творческая деятельность, предполагающая определённый уровень подготовки участников.

Практика: Репетиция начинается с разминки. Обязательно планировать репетицию, в противном случае появится элемент стихийности, разбросанности, самотёка. Не следует репетировать один и тот же номер более 2-3 раз.

Развитие физических данных

Теория: приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Практика: развивать внимательность и наблюдательность, творческое воображение и фантазию через выполнение упражнений.

Актерское мастерство

Теория: Ритмопластика – неотъемлемая часть сценического движения. Взаимосвязь музыки и движения. Беседа «Пантомима – язык жестов». Понятие о музыкально пластической импровизации.

Практика: упражнения для развития ритмопластики (лягушка, бабочка, мостик, берёзка). Игра «Пластические загадки». Упражнения для умения перемещения в пространстве сцены. Упражнения на пантомимическую выразительность. Упражнения на развитие умений воплощать пластический образ под музыку.

**Учебный план 4 года обучения**

| № п/п | Раздел | Количество часов | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Теория | Практика | Всего | Формы контроля |
| 1. | **Вводное, итоговое занятие** | 2 | 2 | **4** | Тестирование, открытый урок, фиксация результатов |
| 2. | **Партерная гимнастика** | 2 | 26 | **28** | Наблюдение, фиксация результатов |
| 3. | **Классический танец** | 6 | 52 | **58** | Наблюдение, фиксация результатов у станка и на середине класса |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 4. | **Джаз-модерн танец** | 2 | 46 | **48** | Тестирование, импровизация |
| 5. | **Танцевальная импровизация** | 1 | 29 | **30** | Выступление на сценической площадке, фиксация результатов |
| 6. | **Репетиционно - постановочная работа. Воспитательно-познавательная деятельность** | 3 | 41 | **44** | Наблюдение, опрос |
| 7. | **Промежуточная, итоговая аттестация** | 2 | 2 | **4** | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **Итого часов за учебный год** | **18** | **198** | **216** | |
| **8** | **Летний раздел** | **10** | **32** | **42** | |
| | Репетиционная работа | 4 | 14 | 18 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | Актёрское мастерство | 2 | 6 | 8 | Исполнение, фиксация результатов |
| | Уроки визажа | 2 | 6 | 8 | Наблюдение, опрос |
| | Уроки стилистики | 2 | 6 | 8 | Наблюдение, опрос |
| | **ВСЕГО** | | | **258** | |

## Содержание учебного плана 4 года обучения

### 1.Вводное, итоговое занятие.

Теория: программа занятий и выступлений. Инструктаж по технике безопасности. Основные понятия исполнения Джаз-модерн танца.

Практика: проведение игровых танцевальных минуток

### 2.Партерная гимнастика.

Теория Партерная гимнастика – это система специально подобранных упражнений, направленных на коррекцию, развитие и укрепление функциональных способностей организма, выполняемых на полу – в различных положениях сидя, лежа на спине, на животе, на боку и т.д. Упражнения могут быть активными и пассивными.

Практика. Общий комплекс тренировочных упражнений с добавлением элементов «контемпорари», на ковриках. Силовые прыжки: разножки; трюки: колесо без рук, перевороты в паре, стойка на руках. Растяжки с использованием гимнастических лент.

### 3.Классический танец.

Теория. Знакомство обучающихся с новыми терминами, использующимися в классической хореографии с использованием наглядного материала.

Практика. Повторение экзерсиса у станка 3 год обучения (базовый уровень), добавление движений на середине зала.

1. Понятие arabesque (I, II, IV):
-изучение I, II, III arabesque.
2. Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.
3. Battements tendu jete в позах в сочетании с balancoire, pique с фиксацией arabesque.
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.

5. Battementsfondu в сочетании с soutenu и demi plie во всех направлениях на $45^0$.
6. Battements frappe во всех направлениях на $45^0$ в позах.
7. Battements releve lent и battements developpe как основополагающие элементы adagio.
8. Temps lie par terre en dehors et en dedans:
9. Grand battements jete с pointee в позах.

ALLEGRO

1. Temps leve saute по I,II, V позициям с продвижением вперед, в сторону, назад.
2. Changement de pied en tournant на 1/8, 1/4, 1/2 поворота.
3. Pas echappe en tournant на¼поворота.
4. Pas assemble вперед, назад.
5. Pas jete en face.
6. Temps leve с фиксацией ноги на sur le cou de pied.
7.Pas glissade в сторону.

**4. Джаз-модерн танец.**

Теория. Джаз-модерн танец –это многообразная танцевальная техника. Современный джаз-модерн танец требует от педагогов и исполнителей высокого классического мастерства и путем реализации индивидуальных творческих возможностей, неограниченных рамками традиционного танцевального искусства, выразить себя как яркую артистическую личность.

Практика. 1.Разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжение и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника, упражнения, заимствованные из урока классического танца.

2.Передвижение в пространстве.

- Шаги - Flat step, Camel walk, Latin walk
- Прыжки:

• с двух ног на две (jump);
• с одной ноги на другую с продвижением (leap);
• с одной ноги на ту же ногу (hop);
• с двух ног на одну.

- Вращения:

• на двух ногах;
• на одной ноге;
• повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
• повороты на различных уровнях;
• лабильные вращения.

Повороты на двух ногах**.**

Этот тип поворотов и вращений как самый легкий изучается первым. Начинается изучение с так называемого «трехшагового поворота».

Corkscrew повороты

повороты, аналогичные soutenu en tournant. «Рабочая» нога скрещивается впереди или сзади опорной ноги, и поворот осуществляется в направлении en dehors или en dedans. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнителя, т.е. поворот начинается из demi-plie и заканчивается на полупальцах.

Tour chaine
исполняется так же, как в классическом танце, однако может измениться уровень вращения (на полупальцах, на полной стопе, на demi-plie).
Повороты на одной ноге.
Техника исполнения аналогична технике исполнения пируэтов и партерных туров классического танца. Возможно изменение положения «рабочей» ноги. Она может быть в положении cou-de-pied, «у колена», открыта в любом из направлений или находиться в положении attitude. Также возможны различные варианты положения опорной ноги: на полупальцах, на всей стопе, на demi-plie. Однако в любом варианте спина служит осью вращения, руками берется форс, а голова «держит точку». Как в классическом танце, действуют понятия en dehors и en dedans.
*Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.*
Исполняются на одной или двух ногах вокруг воображаемой оси. Техника исполнения аналогична технике исполнения в классическом танце.
Повороты на различных уровнях
В джаз-модерн танце широко используются повороты, когда танцор меняет уровень расположения тела во время вращения. Эта смена может осуществляться и при вращении на месте, когда исполнитель, постепенно сгибая колени, опускается вниз или, наоборот, поднимается вверх («штопорные повороты»), и при передвижении в пространстве, когда исполнитель меняет уровень постепенно. Например, исполнить tour chaines по диагонали класса: четыре раза на полупальцах, четыре на полной стопе, четыре на demi-plie и закончить поворотом на коленях. Повороты на коленях и ягодицах, а также различные виды перекатов в партере очень распространены в различных техниках современного танца.
Лабильные вращения
Во всех вышеописанных поворотах осью вращения служил позвоночник, и центр тяжести располагался над опорной ногой. Однако в джаз-модерн танце существует группа поворотов, когда позвоночник наклонен в каком-либо направлении или расслаблен. Эти неустойчивые повороты заканчиваются либо падением, либо переходом в стабильное вращение (т.е. с опорой), либо исполнитель делает несколько шагов, чтобы обрести равновесие. Обычно исполняется не более одного лабильного поворота, и в основном эти повороты исполняются за счет сильного форса, который берут руки. Положение рук во время вращения может быть различным: в любой из позиций или положений, описанных выше, - скрещенными на груди, заведенными за поясницу и т.д., но эти положения рук фиксируются уже во время самого вращения, перед ним руки должны взять форс и дать энергию для вращения
4.Комбинация или импровизация.
Комбинация на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений. Могут быть комбинации в партере, связанные с положениями contraction и release, спиралями и твистами торса, а также с нетрадиционными передвижениями на полу типа перекатов, кувырков и т.п. комбинации могут быть на основе движений, заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.
**5. Танцевальная импровизация.**

Теория**.** Танцевальная импровизация - это процесс спонтанного создания движения. Импровизация-это свободная, казалось бы, неструктурированная, менее технически строгая и импульсивная форма, которая черпает вдохновение из повседневных танцевальных практик и влияний.

Практика. Разминка в эстрадном характере. Танцевальные связки, комбинации эстрадного танца. Самостоятельное сочинение танцевальных композиций и показ на сценических площадках.

**6.Репетиционно-постановочная работа. Воспитательно-познавательная деятельность.**

Теория. Беседа с обучающимися о графике проведения репетиционной работы. Постановка целей и задач. Решение возникающих вопросов/ правила поведения во время массовых мероприятий.

Практика. Постановка танцевальных композиций в классическом, народном, эстрадном характере. Содержание раздела на четвертом году базового уровня обучения предполагает углубленное изучение предметов: классический, народно-сценический и современный танец, возможность самостоятельных постановок. Углублённая предметная подготовка влияет на качество концертных номеров, на разнообразие репертуара, что позволяет обучающимся принимать активное участие в концертной деятельности и хореографических конкурсах на различных уровнях. Беседы «Техника безопасности в классе хореографии», «Современные направления в хореографии», «Великие исполнители и постановщики». Просмотр видеоматериалов: «Отчетный концерт» (самоанализ выступлений). Создание и характеристика образов, необходимых для исполнения танцевальных постановок.

**7.Промежуточная, итоговая аттестация.**

Теория. Промежуточная аттестация обучающихся — процедура, проводимая с целью определения степени освоения обучающимися содержания учебных дисциплин за год в соответствии с образовательным стандартом. Итоговая аттестация обучающихся - процедура проведения экзаменов согласно Положению об итоговой аттестации.

Практика . Итоговое занятие. Аттестация учеников на предмет правильности исполнение современного танца и классического танца 4 года обучения.

Получение зачетов.

Участие в конкурсах и фестивалях.

8. **Летний раздел**

Репетиционная работа, повторение танцев.

Теория: Репетицию можно представить как сложный художественно-педагогический процесс, в основе которого лежит коллективная творческая деятельность, предполагающая определённый уровень подготовки участников.

Практика: Репетиция начинается с разминки. Обязательно планировать репетицию, в противном случае появится элемент стихийности, разбросанности, самотёка. Не следует репетировать один и тот же номер более 2-3 раз.

Развитие физических данных

Теория: беседа о правильной работе с дыханием во время выполнения физической нагрузки.

Практика: техника исполнения определенного комплекса упражнений, физическая активность, выносливость, контроль состояния своего тела, умение работать с дыханием.

Актерское мастерство

Теория: Части лица. Что такое мимика. «Мимика – обойдемся без слов?». Техника выполнения упражнений.

Практика: Гимнастика для лица – поднимание и опускание бровей сужение и раскрытие глаз, открывание рта (как бы произнося различные гласные: «а», «о», «у», «ы») по отдельности и в сочетании; надувание и втягивание щек, вытянутые в трубочку губы водим вправо, влево. Нижняя челюсть: движения из стороны в сторону, вперед и в себя, оттягивание вниз; сжатие зубов и шевеление желваками. Губы: зажатие зубами верхней и нижней губы, поджатие губ в «поцелуй», шевеление губами вверх и вниз, из стороны в сторону. Щеки: надувание и втягивание щек, поочередно и одновременно. Нос: сморщивание и расслабление, приподнимание ноздрей. Веки: подергивание, моргание одновременное и поочередное. Глаза: закатывание и опускание зрачков, движение из стороны в сторону, по кругу. Брови: поднятие и опускание. Гимнастика проходит под ритмичную музыку. Каждое упражнение исполняется по 10-16 раз. Мимический тренинг «Гримасы перед зеркалом». Передача внутреннего состояния через мимику лица: мечтательный, сердитый, пугливый, и т.д. Игра «Десять масок».

Уроки визажа

Теория: Детский макияж, неприемлемый в обычной жизни, является одним из элементов сценического образа ребенка на различных выступлениях. Сценический макияж сделает образ ярким и позволит хорошо увидеть его из зрительского зала. В детской косметике не должно содержаться химических составляющих или гормонов; экзотический ингредиент может спровоцировать аллергическую реакцию; средство должно легко смываться водой; приобретать продукт нужно в специализированных магазинах.

Практика: примеры выполнения вечерних образов, рок-музыкантов, ретро, сценически-цирковых.

Уроки стилистики

Теория: прическа должна гармонировать с нарядом и макияжем, соответствовать стилю и идее номера. Беседа о правильном уходе за волосами.

Практика: обучение выполнения причесок для определенных образов: ретро, цирковых, рок-музыкантов, вечерних. Импровизация.

**Учебный план 5 года обучения**

| № п/п | Разделы по видам деятельности | Количество часов | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Теория | Практика | Всего | Формы контроля |
| 1. | **Вводное, итоговое занятие** | 2 | 2 | **4** | Тестирование, открытый урок, фиксация результатов |
| 2. | **Партерная гимнастика**. | 2 | 25 | **27** | Наблюдение, фиксация результатов |
| 3. | **Классический танец.** | 2 | 46 | **48** | Наблюдение, фиксация результатов на середине класса |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 4. | **Джаз-модерн танец** | 6 | 53 | **59** | Тестирование, импровизация |
| 5. | **Танцевальная импровизация**. | 1 | 29 | **30** | Выступление на сценической площадке, фиксация результатов |
| 6. | **Репетиционно - постановочная работа. Воспитательно-познавательная деятельность.** | 3 | 41 | **44** | Наблюдение, опрос |
| 7. | **Промежуточная, итоговая аттестация** | 2 | 2 | **4** | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **Итого часов за учебный год** | **18** | **198** | **216** | |
| **8** | **Летний раздел** | | | **42** | |
| | Репетиционная работа | **4** | **14** | **18** | Наблюдение, фиксация результатов |
| | Актёрское мастерство | **2** | **6** | **8** | Исполнение, фиксация результатов |
| | Уроки визажа | **2** | **6** | **8** | Наблюдение, опрос |
| | Уроки стилистики | 2 | **6** | 8 | Наблюдение, опрос |
| | **ВСЕГО** | | | **258** | |

## Содержание учебного плана 5 года обучения

### 1.Вводное, итоговое занятие.

Теория: программа занятий и выступлений на новый учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Танец Модерн как направление современного танца. Основные понятия и принципы техники джаз-модерн танца.

Практика: Контактная импровизация.

### 2.Партерная гимнастика.

Теория Партерная гимнастика – это система специально подобранных упражнений, направленных на коррекцию, развитие и укрепление функциональных способностей организма, выполняемых на полу – в различных положениях сидя, лежа на спине, на животе, на боку и т.д. Упражнения могут быть активными и пассивными.

Практика Учащиеся продолжают изучение партерного экзерсиса, усвоив основные позиции в партере, составляются комбинации в каждой позиции, направленные на растяжку и укрепление позвоночника, выворотность в тазобедренных суставах, силу ног, развитие шага. Общий комплекс тренировочных упражнений с добавлением элементов «контемпорари», на ковриках. Силовые прыжки: разножки; трюки: колесо без рук, перевороты в паре, стойка на руках. Растяжки с использованием гимнастических лент.

### 3.Классический танец.

Теория. Дальнейшее знакомство с элементами классического танца, путем усложнения движений, развитие танцевальности.

Практика. Повторение экзерсиса у станка 4 года обучения (базовый уровень), усложнение и добавление движений на середине зала.

1. Понятие arabesque (I, II, IV):

-повторение I, II, III arabesque.

2. Battement tendu в позе épaulement croisé из 5 позиции крестом на середине зала.

3. Battements tendu jete и pique крестом из 5 позиции в позе épaulement croisé.
4. Rond de jambe par terre и passes parterre из 1 позиции на середине зала.
5. Battementsfondu в сочетании с soutenu и demi plie на середине зала во всех направлениях на $45^0$
6. Battements frappe из 1 позиции носком в пол крестом на середине зала.
7. Grand releve lent из 5 позиции крестом по 4
Adagio на середине зала:
2 Releve lent вперёд, в сторону
2 Developpe вперёд, в сторону
8. Temps lie par terre en dehors et en dedans:
9. Grand battements jete с pointee в позах.
10.Adagio С использованием различных ракурсов, изменением уровня, перемещением по пространству класса.
11. ALLEGRO 4-8 повторений:
Chane
Changement de pieds
Pas Jete
Pas assemble
Glissade Assemble
Pas echappe по 2 позиции
Pas echappe – по 5 позиции во 2

**4. Джаз-модерн танец.**
Теория. Модерн одно из ведущих направлений хореографии XX века. На сегодня танец модерн как танцевальная система сочетает в себе определенные современные техники танца: технику М. Грэхем - сжатия и расширения (contraction & release), технику Д. Хамфри и Х. Лимон - подъемы и падения (suspend - recovery), технику М . Каннингема - спирали и штопорни обороты (spiral, corkscrew turn), технику К. Данхем, Дж. Коула, Г. Джордано, Р. Одумса, Б. Феликсдала - использование позы "коллапса", изоляция и полицентрия, полиритмия, мультипликация, координация, импульс и управления.
Практика.
Разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжение и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника, упражнения стрэтч-характера, упражнения для разогрева стопы и голено-стопа.
Изоляция.
Голова:
Крест. Наклон вперед, в сторону (вправо или влево), назад в другую сторону, каждый раз возвращаясь в центр.
Квадрат. Те же направления: вперед-вправо-назад-влево без возврата в центр.
Круг. Слитное соединение всех направлений.
Фиксированный полукруг. Поворот вправо, слитный перевод влево, касаясь подбородком груди.

Свинговый полукруг. Свободное раскачивание головы справа налево, шея максимально расслаблена.
Sundari - крест. Голова вперед-центр-смещение вправо-цснтр-смещениеназад-центр-влево-центр.
gundari - квадрат. Исполняется аналогично, но без возврата в центр.
Sundari - круг. Исполняется аналогично, но все точки соединяются в слитном движении.
Плечи:
Крест. Вперед-центр-вверх-центр-назад-центр-вниз-центр. Крест может начинаться в любом направлении; возможны акценты в той или иной точке.
Квадрат. Исполняется аналогично кресту, но без возврата в центр. Все точки квадрата должны быть равноудалены от центра.
Полукруги. Могут исполняться одним и двумя плечами одновременно. Наиболее распространены полукруги спереди-назад и сзади-вперед через верхнюю точку, однако возможен переход и через крайнюю нижнюю точку.
Круг. Исполняется в двух направлениях - к себе и от себя; может исполняться двумя плечами одновременно и каждым отдельно.
«Восьмерка». Два круга, которые исполняются поочередно: начинает правое плечо, при достижении им крайней верхней точки приходит в движение левое плечо. Так же, как и круги, «восьмерки» могут исполняться к себе и от себя. Главное при исполнении «восьмерки» - удержать центральную ось, чтобы оба плеча были равноудалены от центра.
На продвинутой ступени обучения могут использоваться различные комбинации более сложного порядка, состоящие из нескольких разнообразных элементов, исполнение которых возможно в различном ритмическом рисунке.
Грудная клетка:
Крест. Исполняется как в горизонтальной, так и в вертикальной плоскости. Горизонтальный крест: вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр. Вертикальный крест: вверх-центр-вправо-центр-вниз-центр-влево-центр. Так же, как в движениях других центров, крест можно начинать с любой точки и в любом направлении.
Квадрат. Исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр. Может быть в горизонтальной и в вертикальной плоскости.
Полукруги. Исполняются справа налево и слева направо через крайнюю переднюю точку.
Круги. Исполняются в горизонтальной и вертикальной плоскости за счет слитного соединения всех направлений.
Изучение движений грудной клетки идет, как и в других случаях, от простого к сложному, но здесь этот принцип должен соблюдаться с особой тщательностью: подготовительные упражнения, движения в «чистом» виде, затем комбинации.
Пелвис (тазобедренная часть)
Крест. Вперед-центр-вправо-центр-назад-центр-влево-центр.
Как и во всех остальных движениях изолированных цент-ров, он может исполняться двумя способами: резкий, стаккатированный толчок - thrust и медленное сжатие. Крест может начинаться с любой точки; возможны акценты.

Квадрат. Исполняется по тем же направлениям, что и крест, но без возврата в центр. Основное внимание следует уделить неподвижности коленей и равноудаленности всех точек от центра.
Полукруги. Исполняются слева направо и справа налево как через переднюю крайнюю точку, так и через заднюю крайнюю.
Круги. Исполняются вправо и влево. Основное внимание также уделяется неподвижности коленей.
«Восьмерка». Правое бедро выдвигается направо по диагонали, затем полукруг и возврат назад. При возврате правого бедра аналогично начинает двигаться левое. На начальной стадии обучения можно использовать трамплинное сгибание коленей, которое дает дополнительный толчок для движения бедер. В дальнейшем необходимо научиться исполнять «восьмерку» изолированно.
Полукруг одним бедром. В этом случае «рабочая» нога должна находиться «без веса». Полукруги одним бедром могут исполняться наружу и вовнутрь.
Принципы движения рук:
1. Руки могут двигаться вытянутые, без изгибов. Две руки могут исполнить множество сочетаний в различных плоскостях (впереди, вверху, сзади).
2. Каждая часть руки - кисть, предплечье, пальцы - может двигаться изолированно или в сочетании одна с другой.
3. Устоявшиеся положения рук, которые используются раз-личными системами танца и считаются позициями, в модерн-джаз танце позиции более свободны. Это связано, прежде всего, с разнообразным положением кисти, которая может быть вытянута, может быть сокращена (flex), может поворачиваться в любом направлении. Локоть также может быть, и вытянут, и округлен. Таким образом, основные позиции могут иметь большое количество вариантов, связанных с положением кисти и локтя.
Позиции ног:
Первая позиция. Имеет три варианта: параллельное положение - стопы стоят параллельно друг другу; аут-позиция - аналогична первой позиции классического балета; ин-позиция -носки вовнутрь и соединены, пятки наружу.
Вторая позиция. Также имеет три положения: параллельное положение - стопы параллельны и между ними расстояние, равное одной стопе; аут-позиция аналогична второй позиции классического балета; ин-позиция - носки повернуты вовнутрь, но не соприкасаются, пятки наружу.
Третья позиция. Имеет только один вариант, который аналогичен классическому: стопы развернуты в выворотное положение, пятка впереди стоящей ноги находится в середине стопы сзади стоящей ноги.
Четвертая позиция имеет два варианта: аут-позиция - аналогична классическому балету; параллельное положение - стопы стоят на одной линии одна перед другой, расстояние между ними равно длине одной стопы.
Пятая позиция. Также имеет два варианта: аут-позиция -аналогична классическому балету; параллельное положение -стопы параллельны и находятся рядом, одна стопа чуть впереди другой (примерно на половину ступни).
Отдельные части ноги - стопа, голеностоп - могут двигаться изолированно. Стопа может натягиваться (положение point) и сокращаться (положение flex).

Координация.
Координация присутствует во всех разделах урока, везде, где необходимо соединить движения двух или более центров в одной комбинации.
1.Свинговое раскачивание головой и пелвисом вперед-назад.
2. То же оппозиционно: голова начинает движение назад, пелвис вперед.
3. Параллельное движение головы и пелвиса из стороны в сторону.
4. То же оппозиционно.
5. Полукруги пелвисом и головой справа налево и слева направо.
6. То же оппозиционно.
7. Голова двигается вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди назад и сзади вперед.
8. То же оппозиционно.
9. Голова исполняет наклон вправо, одновременно подъем вверх левого плеча, то же в другую сторону.
10. Голова исполняет sundari вперед-назад, плечи двигаются вверх-вниз.
11. Голова исполняет крест, в параллель движение пелвиса.
12. Аналогично исполнить квадрат.
13. Аналогично - круг.
14. Оппозиционный крест: голова - вперед, пелвис - назад, оба центра - в нейтральное положение, голова - вправо, пелвис - влево, нейтральное положение, голова - назад, пелвис -вперед, нейтральное положение, голова - влево, пелвис - вправо, нейтральное положение.
15. Аналогично - оппозиционный квадрат.
16. Голова исполняет повороты вправо, влево, одновременно движение грудной клетки вперед-назад.
17. Голова исполняет круг, одновременно круг кистями, руки во второй позиции.
18. Крут головой и круг предплечьями.
19. Наклоны головы вперед-назад, одновременно battement tendu правой ногой.
20. Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением коленей.
Упражнения для позвоночника.
Если техника изоляции заимствована из джазового танца, то движение тела целиком, без изоляции отдельных центров - своеобразие танца-модерн. Основой этой техники служит прежде всего позвоночник, поэтому главная задача педагога - развить у учащихся подвижность во всех его отделах.
Виды движений:
• наклоны торса;
• изгибы торса;
• спирали;
• body roll («волна»);
• contraction, release, high release;
• tilt, lay out.
«Контракция» (сжатие – аналогично выдоху и направлено на группировку тела к центру), «релис» - расширение, аналогично вдоху, когда энергия из центра тела распространяется наружу. Три уровня на 8 счетов наверх, вправо и влево.

Свинг с подъемом на 3 уровня
Упражнения для укрепления пресса.
Упражнения для растяжки позвоночника (ноги за голову)
Заключительное упражнение – полное расслабление корпуса
Кросс:
Танцевальные комбинации в стиле джаз-модерн
Танцевальные комбинации с элементами акробатики по диагонали и на середине зала
Передвижение в пространстве. Шаги на координацию. Соединение шагов, прыжков, вращений в единую комбинацию по заданию педагога
Упражнения на развитие прыжка.
Упражнения на смену уровней.

**5. Танцевальная импровизация.**

Теория**.** Танцевальная импровизация - это процесс спонтанного создания движения. Импровизация-это свободная, казалось бы, неструктурированная, менее технически строгая и импульсивная форма, которая черпает вдохновение из повседневных танцевальных практик и влияний.
Практика. Разминка в эстрадном характере.
Танцевальные связки, комбинации эстрадного танца.
Самостоятельное сочинение танцевальных композиций и показ на сценических площадках.

**6. Репетиционно-постановочная работа. Воспитательно-познавательная деятельность.**

Теория. Беседа с обучающимися о графике проведения репетиционной работы. Постановка целей и задач. Решение возникающих вопросов/ правила поведения во время массовых мероприятий.
Практика. Постановка танцевальных композиций в эстрадном и современном характере. Содержание раздела на пятом году базового уровня обучения предполагает углубленное изучение современного танца, возможность самостоятельных постановок. Углублённая предметная подготовка влияет на качество концертных номеров, на разнообразие репертуара, что позволяет обучающимся принимать активное участие в концертной деятельности и хореографических конкурсах на различных уровнях. Беседы о хореографии, о «Техника безопасности в классе хореографии», «Современные направления в хореографии», «Анатомо-физиологические особенности детей». Просмотр видеоматериалов: «Отчетный концерт» (самоанализ выступлений). Создание и характеристика образов, необходимых для исполнения танцевальных постановок.

**7.Промежуточная, итоговая аттестация.**

Теория. Промежуточная аттестация обучающихся — процедура, проводимая с целью определения степени освоения обучающимися содержания учебных дисциплин за год в соответствии с образовательным стандартом. Итоговая аттестация обучающихся - процедура проведения экзаменов согласно Положению об итоговой аттестации.
Практика. Итоговое занятие. Аттестация учеников на предмет правильности исполнение современного танца и классического танца 4 года обучения.

Получение зачетов.
Участие в конкурсах и фестивалях.

**8. Летний раздел**

Репетиционная работа, повторение танцев.

Теория: Репетицию можно представить, как сложный художественно-педагогический процесс, в основе которого лежит коллективная творческая деятельность, предполагающая определённый уровень подготовки участников.

Практика: Репетиция начинается с разминки. Обязательно планировать репетицию, в противном случае появится элемент стихийности, разбросанности, самотёка. Не следует репетировать один и тот же номер более 2-3 раз.

Развитие физических данных

Теория: беседа о правильной работе с дыханием во время выполнения физической нагрузки.

Практика: техника исполнения определенного комплекса упражнений, физическая активность, выносливость, контроль состояния своего тела, умение работать с дыханием.

Актерское мастерство

Теория -Снятие внутренних зажимов и расширение собственных границ.

Практика -Упражнение «Посыл зрителю»

Для зрителя важна не только позиция движения в танце, но и мимика, а также и энергетический посыл.

Сейчас мы этот посыл будем изображать:

- в виде теплой улыбки

-теперь мы будем подкреплять свою улыбку жестом

к улыбке добавляем руку или две (движение рукой), для того чтобы наша подача была более активная, чтобы мы улыбнулись не только для первого ряда в зале, но и добивали последние ряды, вот туда должна энергетика отлететь.

-сейчас мы добавляем к теплой улыбке позицию-яркую, уверенную, устойчивую- и свое имя. Т.е. это должен быть мощный посыл: концентрация, устойчивость и яркость. Это должно быть, как салют: быстро, коротко и фиксировано.

Вывод: этим упражнением я хочу научить детей создавать мощный энергетический посыл для зрителя. Как мячик, который летит в зал

Уроки визажа

Теория: Детский макияж, неприемлемый в обычной жизни, является одним из элементов сценического образа ребенка на различных выступлениях. Сценический макияж сделает образ ярким и позволит хорошо увидеть его из зрительского зала.

В детской косметике не должно содержаться химических составляющих или гормонов; экзотический ингредиент может спровоцировать аллергическую реакцию; средство должно легко смываться водой; приобретать продукт нужно в специализированных магазинах.

Практика: примеры выполнения вечерних образов, рок-музыкантов, ретро, сценически-цирковых.

Уроки стилистики

Теория: прическа должна гармонировать с нарядом и макияжем, соответствовать стилю и идее номера.  Беседа о правильном уходе за волосами.
Практика: обучение выполнения причесок для определенных образов: ретро, цирковых, рок-музыкантов, вечерних. Импровизация.

## *КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ*

### КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных недель в 2022-2023 учебном году - 36
Продолжительность каникул - зимние - с 31.12.22 по 08.01.2023
Начало учебного года 1 сентября 2022 г.
Окончание учебного года 31 мая 2023г.

**1 год обучения**

| Месяц | Дата | Тема занятий | Форма проведения | Кол час. | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| **Сентябрь** | **1.09** | Введение, формирование группы, техника безопасности | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **5.09** | Повторение пройденного | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.09** | Постановка корпуса, ног, головы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.09** | Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением ног | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.09** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.09** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.09** | Классический танец | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия Тестирование |
| | **26.09** | Развитие координации | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.09** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Октябрь** | **3.10** | Наклоны торса (flat back; deep body bend) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.10** | Теория: сценический макиаж | Теория | 2 | Тестирование |
| | **10.10** | Твист торса (curve; arich) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **13.10** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **17.10** | Латина урок (шаги в рок – манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.10** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **24.10** | Вращения (corkscrew; four chaine; повороты на одной ноге;) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.10** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **31.10** | Мостик на одну руку | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Ноябрь** | **3.11** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **7.11** | Свинговое раскачивание ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.11** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **14.11** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.11** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **21.11** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **24.11** | Упражнения на дыхание | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.11** | Постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Декабрь** | **1.12** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **5.12** | Упражнения на полу - партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **8.12** | Равномерный бег с захлёстом голени | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.12** | Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.12** | Работа над мимикой | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.12** | Танцевальные номера | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.12** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.12** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.12** | Промежуточная аттестация | Самостоятельная работа | 2 | Анкетирование |
| **Январь** | **12.01** | Повторение пройденного за год | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.01** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.01** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.01** | «Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.01** | Свободная пластика, импровизация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.01** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Февраль** | **2.02** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.02** | Различные вариации основных позиций и положений положение jazz hand | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.02** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.02** | Постановка корпуса, ног, головы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.02** | Крест головой с одно-временным трамплин-ным сгибанием и выпрямлением ног | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.02** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.02** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.02** | Классический танец | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия Тестирование |
| **Март** | **2.03** | Наклоны торса (flat back; deep body bend) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.03** | Теория: сценический макиаж | Теория | 2 | Тестирование |
| | **9.03** | Твист торса (curve; arich) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.03** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **16.03** | Латина урок (шаги в рок – манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.03** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **23.03** | Вращения (corkscrew; four chaine; повороты на одной ноге;) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **27.03** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **30.03** | Мостик на одну руку | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Апрель** | **3.04** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **6.04** | Свинговое раскачивание ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.04** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **13.04** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.04** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **20.04** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **24.04** | Упражнения на дыхание | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.04** | Танцевальная импровизация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Май** | **4.05** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **8.05** | Упражнения на полу - партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **11.05** | Равномерный бег с захлёстом голени | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.05** | Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.05** | Работа над мимикой | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **22.05** | Танцевальные номера | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.05** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.05** | Итоговая аттестация | Самостоятельная работа | 2 | Анкетирование, зачет |
| **Июнь** | **1.06** | Повторение пройденного за год | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **5.06** | Постанов.работа | Теория. Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.06** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.06** | Репетиционная работа | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.06** | Свободная пластика, импровизация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.06** | Актерское мастерство | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.06** | Равитие физических данных | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.06** | Уроки визажа | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.06** | Заключительный урок | Чаепитие | 2 | Соучастие |
| **Итого** | | | | 172 | |

## 2 год обучения

| **Месяц** | **Дата** | **Тема занятий** | **Форма проведе-ния** | **Кол.час.** | **Форма контроля** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Сентябрь** | **2.09** | Введение, формирование группы | Беседа. Анкетирование | 2 | Анализ анкетирования, |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | рефлексия |
| | **5.09** | Повторение пройденного | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.09** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.09** | Свинговое раскачивание головой и пелвисом (вперед-назад; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.09** | Постановка корпуса,ног,головы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.09** | Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением ног; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.09** | Голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом (аналогично круг, квадрат); | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.09** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.09** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.09** | Координация 2-х центров | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.09** | Классический танец | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия Тестирование |
| | **27.09** | Развитие координации | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.09** | Актерское мастерство | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Октябрь** | **3.10** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **4.10** | Наклоны торса (flat back; deep body bend) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.10** | Теория: сценический макияж | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.10** | Твист торса (curve; arich) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.10** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **17.10** | Латина урок (шаги в модерн-джаз манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.10** | Латина: урок (шаги в | Практические | 2 | Наблюдения, |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | рок –манере) | упражнения | | рефлексия |
| | **21.10** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **24.10** | Прыжки (jimp; leap; hop; с 2-х ног | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.10** | Вращения (corkscrew; four chaine; повороты на одной ноге) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.10** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **31.10** | Вращения (повороты по кругу; повороты на различных уровнях) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Ноябрь** | **1.11** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **4.11** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **5.04** | Шаги (flat step; catch step; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.11** | Свинговое раскачивание ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.11** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **14.11** | Deep body bends – глубокий наклон вперед | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.11** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.11** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **21.11** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.11** | Упражнения для разогрева ахилла и разогрева стопы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.11** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **28.11** | «Циркуль» лёжа на спине | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.11** | Упражнения на дыхание | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Декабрь** | **2.12** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | результатов |
| | **5.12** | Упражнения на полу - партерная гимнастика, затем более сложного уровня | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **6.12** | Равномерный бег с захлёстом голени | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.12** | «Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.12** | Рястяжка бедра (у станка(с перегибами, с demi plie) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.12** | Элементы верхнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.12** | Элементы нижнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.05** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.05** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.05** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.05** | Повторение танцев | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.12** | Ритмика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.12** | Промежуточная аттестация | Самостоятельная работа | 2 | Анкетирование |
| **Январь** | **10.01** | Повторение пройденного за год | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.01** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.06** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.01** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.01** | Элементы нижнего и верхнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.01** | «Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.01** | Свободная пластика, импровизация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.01** | Свободная пластика, импровизация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.01** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **31.01** | Шаги с bounce (с | Практические | 2 | Наблюдения, |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | трамплинным сгибанием коленей) | упражнения | | рефлексия |
| **Февраль** | **3.02** | Воспитательно-познавательная деятельность. | Беседа. Анкетирование | 2 | Анализ анкетирования, рефлексия |
| | **6.02** | Различные вариации основных позиций и положений | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.02** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.02** | Свинговое раскачивание головой и пелвисом (вперед-назад; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.02** | Постановка корпуса,ног,головы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.02** | Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением ног; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.02** | Голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом (аналогично круг, квадрат); | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.02** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.02** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.02** | Координация 2-х центров | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.02** | Классический танец | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия Тестирование |
| | **28.02** | Развитие координации, танцевальности | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Март** | **3.03** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **6.03** | Наклоны торса (flat back; deep body bend) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.03** | Теория: сценический макияж | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.03** | Твист торса (curve; arich) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.03** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **14.03** | Латина урок (шаги в модерн-джаз манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **17.03** | Латина: урок (шаги в рок –манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.03** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **21.03** | Прыжки (jimp; leap; hop; с 2-х ног | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.03** | Вращения (corkscrew; four chaine; повороты на одной ноге) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.10** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **28.03** | Вращения (повороты по кругу; на различных уровнях) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **31.03** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Апрель** | **3.04** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **4.04** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.04** | Шаги (flat step; catch step; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.04** | Свинговое раскачивание ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.04** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **14.04** | Deep body bends – глубокий наклон вперед | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.04** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.04** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **21.04** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.04** | Упражнения для разогрева ахилла и разогрева стопы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.04** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **28.04** | «Циркуль» лёжа на спине | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Май** | **5.05** | Джаз-модерн танец | Практические | 2 | Исполнение, |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | упражнения | | фиксация результатов |
| | **8.05** | Упражнения на полу - партерная гимнастика, затем более сложного уровня | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **12.05** | Равномерный бег с захлёстом голени | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.05** | «Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.05** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.05** | Рястяжка бедра (у станка(с перегибами, с demi plie) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.05** | Элементы верхнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.05** | Элементы нижнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.05** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.05** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.05** | Итоговое занятие | Самостоятельная работа | 2 | Зачет, анкетирование |
| **Июнь** | **2.06** | Повторение пройденного за год | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **5.06** | Постанов.работа | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.06** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.06** | Партерная гимнастика | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.06** | Элементы нижнего и верхнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.06** | Актерское мастерство | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.06** | Свободная пластика, импровизация | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.06** | Сценический макияж | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.06** | Постановка и отработка танцев | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **26.06** | Игры на воображение | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.06** | Равитие физических данных | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.06** | Заключительный урок | Чаепитие, беседа | 2 | Соучастие |
| **Итого** | | | | 258 | |

## 3 год обучения

| **Месяц** | **Дата** | **Тема занятий** | **Форма проведения** | **Кол.час.** | **Форма контроля** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Сентябрь** | **1.09** | Введение, формирование группы | Беседа. Анкетирование | 2 | Анализ анкетирования, рефлексия |
| | **5.09** | Повторение пройденного | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.09** | Ноги: catch step; prance; kick<br>Различные вариации основных позиций и положений | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.09** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.09** | Свинговое раскачивание головой и пелвисом (вперед-назад; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.09** | Постановка корпуса, ног, головы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.09** | Голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом (аналогично круг, квадрат);<br>Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением ног; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.09** | Партерная гимнастика | Теория. | 2 | Наблюдения, |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом (аналогично круг, квадрат); | Практические упражнения | | рефлексия |
| | **20.09** | Ноги: catch step; prance; kick<br>Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.09** | Координация 2-х центров<br>Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.09** | Координация 2-х центров | Теория.<br>Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия<br>Тестирование |
| | **27.09** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.09** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Октябрь** | **3.10** | Развитие координации, Танцевальности | Теория<br>Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **4.10** | Наклоны торса (flat back; deep body bend)<br>Воспитательно-познавательная деятельность | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.10** | Теория: сценический макияж | Теория<br>Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.10** | Твист торса (curve; arich) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.10** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **13.10** | Латина урок (шаги в модерн-джаз манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.10** | Латина: урок (шаги в рок –манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.10** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **20.10** | Прыжки (jimp; leap; hop; с 2-х ног | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.10** | Вращения (corkscrew; four chaine; повороты на одной ноге) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.10** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **27.10** | Вращения (повороты по кругу; повороты на различных уровнях) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **31.10** | Танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Ноябрь** | **1.11** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **3.11** | Шаги (flat step; catch step; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.11** | Свинговое раскачивание ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.11** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **10.11** | Deep body bends – глубокий наклон вперед | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.11** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.11** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **17.11** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.11** | Упражнения для разогрева ахилла и разогрева стопы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **22.11** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **24.11** | «Циркуль» лёжа на спине | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.11** | Упражнения на дыхание | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.11** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Декабрь** | **1.12** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **5.12** | Упражнения на полу - партерная гимнастика, затем более сложного уровня | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **6.12** | Теория: мимика и чувства на сцене | Теория | 2 | Тестирование, фиксация результатов |
| | **8.12** | «Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.12** | Рястяжка бедра (у станка(с перегибами, с demi plie) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.12** | Свободная пластика. Импровизация. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.12** | Элементы верхнего и нижнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.12** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.12** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.12** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.12** | Повторение танцев | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **27.12** | Классический танец | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия Тестирование |
| | **29.12** | Промежуточная аттестация | Практические упражнения | 2 | Анкетирование |
| **Январь** | **10.01** | Развитие физических навыков | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.01** | «Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.01** | Свободная пластика, импровизация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.01** | Элементы нижнего и верхнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.01** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.01** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.01** | Воспитательно-познавательная деятельность | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.01** | Заключительный урок | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.01** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **31.01** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Февраль** | **2.02** | Воспитательно-познавательная деятельность. | Беседа. Анкетирование | 2 | Анализ анкетирования, рефлексия |
| | **6.02** | Различные вариации основных позиций и положений | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **7.02** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.02** | Свинговое раскачивание головой и пелвисом (вперед-назад; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.02** | Постановка корпуса,ног,головы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.02** | Крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением ног; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.02** | Голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом (аналогично круг, квадрат); | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.02** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.02** | Ноги: catch step; prance; kick | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.02** | | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.02** | Классический танец | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия Тестирование |
| | **28.02** | Развитие координации, танцевальности | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Март** | **2.03** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **6.03** | Наклоны торса (flat back; deep body bend) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.03** | Теория: сценический макияж | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.03** | Твист торса (curve; arich) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **13.03** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **14.03** | Латина урок (шаги в модерн-джаз манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.03** | Латина: урок (шаги в рок –манере) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.03** | Партерная гимнастика, Координация 2-х центров | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **21.03** | Прыжки (jimp; leap; hop; с 2-х ног | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.03** | Вращения (corkscrew; four chaine; повороты на одной ноге) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.10** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **28.03** | Вращения (повороты по кругу; повороты на различных уровнях) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.03** | Танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Апрель** | **3.04** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **4.04** | Шаги (flat step; catch step; | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.04** | Свинговое раскачивание ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.04** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **11.04** | Deep body bends – глубокий наклон вперед | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **13.04** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.04** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **18.04** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.04** | Упражнения для разогрева ахилла и разогрева стопы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.04** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **25.04** | «Циркуль» лёжа на спине | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.04** | Упражнения на дыхание | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Май** | **1.05** | | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **2.05** | | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **4.05** | Теория: мимика и чувства на сцене | Теория | 2 | Тестирование, фиксация результатов |
| | **8.05** | «Итальянский» прыжок, щучка (средняя, полная) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.05** | | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.05** | Свободная пластика. Импровизация. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.05** | Элементы верхнего и нижнего брейка | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **16.05** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.05** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.05** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.05** | Повторение танцев | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.05** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.05** | Упражнения на полу - партерная гимнастика, затем более сложного уровня | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.05** | Итоговое занятие | Самостоятельная работа | 2 | Анкетирование, зачет |
| **Июнь** | **1.06** | Повторение пройденного за год | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **5.06** | Сценический визаж | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.06** | Партерная гимнастика | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.06** | Придумывание эстрадного блока (самостоятельно) | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.06** | Постановка и отработка номеров | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.06** | Актёрское мастерство | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.06** | Уроки стилистики | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.06** | Джаз-модерн танец | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **22.06** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей) | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.06** | Развитие физических навыков | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.06** | Повторение пройденного за год | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.06** | Заключительный урок | Чаепитие, беседа | 2 | Наблюдения |
| **Итого** | | | | 258 | |

## 4 год обучения

| **Месяц** | **Дата** | **Тема занятий** | **Форма проведения** | **Кол. час.** | **Форма контроля** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Сен-тябрь** | **2.09** | Вводное занятие, формирование группы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.09** | Piroutte [пируэт] — вращение исполнителя на одной ноге en dedans | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.09** | Plie - Releve [плие-релеве] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.09** | Roll Down [ролл даун] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.09** | Постановка корпуса,ног,головы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.09** | Roll Up [ролл ап] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.09** | Streching на станке | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.09** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.09** | Заучивание Emboite | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **23.09** | Прыжки emboite | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.09** | Развитие координации | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.09** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлекси |
| | **30.09** | Актерское мастерство | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Октябрь** | **4.10** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **5.10** | Saute — прыжок классического танца с двух ног на две ноги | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.10** | Swing – раскачивание любой частью тела в джазовом ритме | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.10** | Стойка в Планке | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.10** | Актерское Мастерство | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.10** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **18.10** | Танцевальная Комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.10** | Leap — прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед или в сторо-ну. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.10** | Locomotor — круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.10** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **26.10** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **28.10** | Актерское мастерство – игра на воображение, «зеркало» | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| **Ноябрь** | **1.11** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **2.11** | Шаги (flat step; catch step; шаг «ча-ча-ча») | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **4.11** | Свинговое раскачива-ние ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.11** | Deep body bends – глу-бокий наклон вперед | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.11** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **11.11** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.11** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.11** | Основные шаги с мультипликацией | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.11** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **22.11** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **23.11** | Deep Body Bend-наклон торсом вперед ниже 90 | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.11** | Deep Contraction — сильное сжатие в центр тела, | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **29.11** | Cross – упражнения по диагонале | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.11** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Декабрь** | **2.12** | Импровизация в танце | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **6.12** | Комбинация современная | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **7.12** | Заучивание HINGE | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.12** | Большое Por-de-Bra | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.12** | Шпагат канат с небольшой высоты | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.12** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.12** | Репиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.12** | Повторение танца Кошки | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.12** | Современная комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.12** | Импровизация в танце | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.12** | Актерское мастерство | Теория | 2 | Наблюдение |
| | **28.12** | Повторение пройденного | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.12** | Промежуточная аттестация | Самостоятельная работа | 2 | Анкетирование |
| **Январь** | **10.01** | Повторение пройденного за год | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **11.01** | Пируэт | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.01** | Плие - релеве | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.01** | Ролл-даун | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.01** | Повторение комбинации в стиле modern | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.01** | Классическое Allegro повторение | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.01** | Актерское мастерство | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.01** | Повторение Emboite | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.01** | Прыжки emboite | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **31.01** | Повторение Saute | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.06** | Танцевальная Комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.06** | Повторение танца «Мау» | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.06** | Повторение танца «Ворона» | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Февраль** | **3.02** | Piroutte [пируэт] — вращение исполнителя на одной ноге en dehors | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.02** | Piroutte [пируэт] — вращение исполнителя на одной ноге en dedans | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **8.02** | Plie - Releve [плие-релеве] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.02** | Roll Down [ролл даун] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.09** | Постановка корпуса,ног,головы | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.02** | Roll Up [ролл ап] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.02** | Streching на станке | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.02** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.02** | Заучивание Emboite | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.02** | Прыжки emboite | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.02** | Развитие координации,танцевальности | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Март** | **1.03** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **3.03** | Saute — прыжок классического танца с двух ног на две ноги | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.03** | Swing – раскачивание любой частью тела в джазовом ритме | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.03** | Актерское Мастерство | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.03** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **15.03** | Танцевальная Комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **17.03** | Leap — прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед или в сторо-ну. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.03** | Locomotor — круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.03** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **24.03** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **28.03** | Low Back — округление позвоночника | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.03** | Актерское мастерство – игра на воображение, «зеркало» | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **31.03** | Сценический визаж | Теория, практика | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| **Апрель** | **4.04** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **5.04** | Шаги (flat step; catch step; шаг «ча-ча-ча») | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.04** | Свинговое раскачива-ние ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.04** | Deep body bends – глу-бокий наклон вперед | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.04** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **14.04** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.04** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **19.04** | Основные шаги с мультипликацией | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.04** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **25.04** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **26.04** | Deep Body Bend-наклон торсом вперед ниже 90 | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.04** | Deep Contraction — сильное сжатие в центр тела, | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Май** | **5.05** | Импровизация в танце | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **12.05** | Комбинация современная | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **16.05** | Заучивание HINGE | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.05** | Большое Por-de-Bra | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.05** | Шпагат канат с небольшой высоты | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.05** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.05** | Репиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.05** | Повторение танца Кошки | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.05** | Современная комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **31.05** | Итоговая аттестация | Самостоятельная работа | 2 | Зачет, анкетирование |
| **Июнь** | **2.06** | Повторение пройденного за год | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.06** | Пируэт | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.06** | Плие - релеве | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.06** | Ролл-даун | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.06** | Повторение комбинации в стиле modern | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.06** | Классическое Allegro повторение | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.06** | Актерское мастерство | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.06** | Повторение Emboite | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.06** | Прыжки emboite | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.06** | Повторение Saute | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.06** | Танцевальная Комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.06** | Повторение танца «Мау» | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.06** | Заключительный урок | Беседа, чаепитие | 2 | Соучастие |
| **Итого** | | | | 258 | |

## Календарно-учебный график
## 5 год обучения

| Месяц | Дата | Тема занятий | Форма проведения | Кол. час. | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| **Сен-тябрь** | **2.09** | Вводное занятие, формирование группы | Практические упражнения | 2 | Тестирование Наблюдения, рефлексия |
| | **4.09** | Понятие arabesque (I, II, IV) | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.09** | Battement tendu в позе épaulement croisé из 5 позиции крестом на середине зала. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.09** | Изоляция | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.09** | Спирали | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.09** | Контракция | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.09** | Streching на станке | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.09** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.09** | Battements tendu jete и pique крестом | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.09** | Крестом на середине зала | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.09** | Развитие координации | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.09** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлекси |
| | **30.09** | Актерское мастерство | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Октябрь** | **2.10** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **5.10** | Battements tendu jete и pique крестом из 5 позиции в позе épaulement croisé. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.10** | Swing – раскачивание | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **09.10** | Стойка в Планке в парах | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.10** | Импровизация, работа в пространстве | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.10** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **16.10** | Танцевальная Комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.10** | Leap — прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед или в сторо-ну. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.10** | Работами над руками | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.10** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **26.10** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **28.10** | Актерское мастерство – игра «Посыл зрителю» | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **30.10** | Rond de jambe par terre и passes parterre из 1 позиции на середине зала. | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| **Ноябрь** | **2.11** | Комбинация танцевальная | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.11** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **11.11** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.11** | Шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.11** | Основные шаги с мультипликацией | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.11** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **20.11** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **23.11** | Упражнения для позвоночника | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.11** | Комбинация для нового танца | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.11** | Cross – упражнения по диагонале | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.11** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Декабрь** | **2.12** | Импровизация в танце | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **4.12** | Комбинация современная | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **7.12** | Заучивание HINGE | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.12** | Battementsfondu в сочетании с soutenu и demi plie | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.12** | Шпагат канат с небольшой высоты | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.12** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **16.12** | Репиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.12** | Повторение танца «Фрида» | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.12** | Современная комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.12** | Импровизация в танце | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.12** | Актерское мастерство Творческие задания | Теория | 2 | Наблюдение |
| | **28.12** | Повторение пройденного | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.12** | Промежуточная аттестация | Самостоятельная работа | 2 | Анкетирование |
| **Январь** | **08.01** | Повторение пройденного за полгода | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.01** | Grand releve lent из 5 позиции крестом по 4 | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.01** | Повторение | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.01** | Вращения | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.01** | Повторение комбинации в стиле modern | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.01** | Классическое Allegro повторение | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.01** | Актерское мастерство | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.01** | Координация трех центров | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.01** | Наклоны торса | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | **29.01** | Повторение Saute на середине зала | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Февраль** | **1.02** | Контактная импровизация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **3.02** | Adagio на середине зала: | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **5.02** | 2 Releve lent вперёд, в сторону | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.02** | Plie - Releve [плие-релеве] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **10.02** | Roll Down [ролл даун] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **12.02** | Flat back | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.02** | Roll Up [ролл ап] | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **17.02** | Streching на станке | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **19.02** | Партерная гимнастика | Теория. Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **22.02** | 2 Developpe вперёд, в сторону | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **24.02** | Прыжки emboite | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **26.02** | Развитие координации,танцевальности | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **29.02** | Temps lie par terre en dehors et en dedans | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, рефлексия |
| **Март** | **2.03** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **4.03** | Grand battements jete с pointee в позах | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.03** | Swing – раскачивание любой частью тела в джазовом ритме | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.03** | Актерское Мастерство Упр. «Цветочная клумба» | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.03** | Джаз-модерн танец | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **14.03** | Танцевальная Комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.03** | Leap — прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед или в сторо-ну. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.03** | Locomotor — круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса. | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.03** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **23.03** | Танцевальная импровизация | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, опрос |
| | **25.03** | Работа с уровнями | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.03** | Актерское мастерство – игра на воображение и фснятие зажимов | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **30.03** | Репетиция танца | Теория, практика | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| **Апрель** | **1.04** | Воспитательно-познавательная деятельность | Теория Практические упражнения | 2 | Анкетирование, исполнение танцевальных комбинаций |
| | **4.04** | Шаги (flat step; catch step; шаг «ча-ча-ча») | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **6.04** | Свинговое раскачивание ноги в attitude | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **8.04** | Deep body bends – глубокий наклон вперед | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.04** | Репетиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **13.04** | Глубокие наклоны в положении hinge | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **15.04** | Работа со скоростями | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.04** | Основные шаги с мультипликацией | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.04** | Классический танец | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **22.04** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдение, фиксация результатов |
| | **25.04** | Deep Body Bend-наклон торсом вперед ниже 90 | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.04** | Deep Contraction — сильное сжатие в центр тела, | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| **Май** | **2.05** | Импровизация в танце | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **4.05** | Комбинация современная | Практические упражнения | 2 | Исполнение, фиксация результатов |
| | **6.05** | Передвижение в пространстве | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **11.05** | Большое Por-de-Bra на середине зала | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **13.05** | Шпагат канат с небольшой высоты | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **16.05** | Партерная гимнастика | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **18.05** | Репиционно-постановочная работа | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.05** | Повторение танца Фрида | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.05** | Современная комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **25.05** | Лабильные вращения | Практические упражнения | 2 | Зачет, анкетирование |
| | **27.05** | Corkscrew повороты | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.05** | Итоговая аттестация | Самостоятельная работа | 2 | Зачет, анкетирование |
| **Июнь** | **2.06** | Повторение пройденного за год | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **6.06** | Повороты на различных уровнях | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **7.06** | Прыжки в кроссе | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **9.06** | Урок визажа, сценический макияж | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **13.06** | Повторение комбинации в стиле modern | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **14.06** | Классическое Allegro повторение | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **16.06** | Актерское мастерство | Теория Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **20.06** | Координации трех центров на основе flat step | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **21.06** | Урок стилистики | Практические упражнения | 4 | Наблюдения, рефлексия |
| | **23.06** | Уровни, скорости | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **27.06** | Танцевальная Комбинация | Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **28.06** | Урок визажа Макияж дневной, вечерний | Теория Практические упражнения | 2 | Наблюдения, рефлексия |
| | **30.06** | Заключительный урок | Беседа, чаепитие | 2 | Соучастие |
| **Итого** | | | | 258 | |

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

**Материально-техническое обеспечение**:

Для проведения теоретической части занятий необходим кабинет, оснащенный учебной доской и рабочими столами для ведения конспекта.

Для проведения практической части занятий необходим кабинет - класс хореографии (общей площадью не менее 80 кв.м.), оснащенный зеркалами, тренировочными станками. Необходим компьютер, магнитофон, видеомагнитофон; аудио – центр, коврики для занятий партерной гимнастикой, музыкальный центр, мультимедийное оборудование для изучения теоретического материала, сценические костюмы, игровой, танцевальный реквизит.

**Информационное обеспечение:** обеспечить учащимся качественные, разносторонние знания в различных образовательных областях, заложить фундамент целостного видения мира во всем его многообразии, а также дать возможность детям приобрести новый социальный опыт, способствовать жизненному самоопределению, воспитанию творчески развитой, самостоятельно думающей личности. Важно именно в младшем школьном возрасте привить ребенку любовь к движению, к танцу, поскольку раннее приобщение детей к искусству создает необходимые условия для гармоничного развития личности, раннее творческое самовыражение способствует сохранению и развитию творческих импульсов.

**Кадровое обеспечение**: программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование, владеющий современными

образовательными технологиями и методиками, обладающий специальными личностными качествами и профессиональными компетенциями, необходимыми для осуществления учебно-воспитательной деятельности.

## ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ

*Для отслеживания результатов освоения программы* используется текущий контроль**,** который осуществляется для выявления уровня освоения материала в форме собеседования и просмотра творческих заданий.

*Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов* при проведении текущего контроля универсальных учебных действий являются:

-журнал посещаемости творческого объединения;

-участие обучающихся в мероприятиях учреждения;

-отзывы родителей о работе творческого объединения.

*Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов* программы являются:

-творческие работы (танцы), созданные учащимися за время освоения образовательной программы;

-участие в ученических конкурсах танцевального творчества на уровне учреждения и муниципалитета.

В рамках данной программы совершается ведение рейтингов двух типов:

Конкурсный (соревновательный) рейтинг.

Освещается в открытой форме; результаты оглашаются публично; свидетельствует о групповой динамике; возможен индивидуальный зачёт в рамках конкурсных процедур; предполагает победителей, проигравших, награды и поощрения.

Содержательный (знаниевый / компетентностей) индивидуальный рейтинг.

Доступен только педагогическому коллективу и ребёнку, в отношении которого он формируется; результаты не придаются публичной огласке, а предоставляются лично каждому ребёнку; свидетельствует о продвижении каждого конкретного ребёнка в уровнях освоения программы; предполагает оценку на основании тех заданий и испытаний, которые имеют непосредственное отношение к содержательно-тематическому направлению программы; может частично формироваться из результатов предыдущего типа рейтинга. Вне зависимости от того, на каком уровне находится участник программы изначально, он должен иметь возможность получить доступ к заданиям любого уровня и осуществить пробу его решения. Решения таких заданий могут производиться как в очной, так и в заочном форматах. Образовательная программа должна предусматривать процедуры перехода учеников между разными уровнями. В свою очередь, ученик должен иметь право запросить проведение такой процедуры в любой момент, когда он произведёт самооценку готовности к переходу. Такие процедуры также должны проводиться планово, через организацию рубежного контроля.

*Оценка качества реализации программы* включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Систематический контроль (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом:

объектом контроля являются:
правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки,
формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания и самоконтроль, опрос по терминам.
Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.
Периодический контроль проводиться по окончанию темы, здесь решается такая же задача - проверить, как освоена тема, внимание обращается, кроме правильности исполнения, техничности, активности, уровня физической нагрузки еще и на знания теоретической и практической части. Анализ усвоения теоретического и практического материала вслух проговаривается педагогом воспитаннику.
Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов.
Итоговой годовой контроль проходит в конце учебного года (май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Практический зачет проходит в форме конкурса.
В ходе итогового годового контроля оценивается:
-правильность исполнения; техничность; активность; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность.
Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях:
- контрольных уроках, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним. Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий. Итоговая (выпускная) аттестация проводится в форме выпускного экзамена. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Поскольку образовательная деятельность предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающегося, о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей:
1. Учебным, фиксирующие предметные и метапредметные знания, навыки, приобретенные в процессе освоения программы (Приложение № 1)
2. Личностным, выражающим изменения личностных качеств под влиянием занятий в объединении (Приложение № 2, Приложение №3, Приложение №4)
Педагогическая диагностика предполагает: процесс анализа результатов исследования личности и выдачи рекомендаций для регулирования и коррекции его деятельности, межличностных отношений, когда важен не только сам результат, но и динамика его изменения. Баллы выставляются в разработанные единые диагностические карты (Таблица 4) социальной активности, творческих достижений и определения уровня воспитанности обучающихся по окончании каждого периода

обучения, т.е. по полугодиям, к окончанию которых обычно «привязывается» прохождение основных тем, проведение внутренних или иных мероприятий и т.д. По итогам учебного года данные диагностические карты дают достаточно объективную информацию о достигнутых результатах и могут служить основанием для взаимодействия внешней обратной связи (контроль педагога) и внутренней (самоконтроль обучающихся).
С помощью мониторинга педагог анализирует учебный процесс и определяет результаты обучения. Здесь выявляются индивидуальные данные каждого учащегося для того, чтобы понять его самого и приспособить учебные методы к его индивидуальным особенностям.

**Программа оценивается как результативная и эффективная если:**
В конце 1 года обучения 50% учащихся имеют отличный балл, в конце 2 года обучения 80% учащихся имеют отличный балл.
Наблюдается устойчивый интерес к занятиям, который отслеживается по табелю посещаемости.
Наблюдается стабильность состава занимающихся (по результатам внутреннего мониторинга сохранности контингента обучающихся);

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

**Особенности реализации образовательного процесса**

В данной программе представлены следующие направления: хореография, ритмика, партерная гимнастика, классический танец, современный танец.

Освоение программы предполагает постепенность в овладении лексикой и техническими приемами, систематичность и регулярность занятий, целенаправленность учебного процесса, связь с такими жанрами искусства, как музыка , литература, живопись.

Значимой для успешной реализации программы является опора на направление «Классический танец» - на всех этапах обучения.

Классический танец не только развивает физические данные обучающихся и формирует необходимые технические навыки, но является источником высокой исполнительской культуры и средством эстетического и нравственного воспитания детей.

Владение техникой классического танца позволяет обучающимся успешно освоить такие жанры, как народный и современный танец. При наличии условий для занятий классическим танцем, на данный предмет отводится 1-2 часа в неделю.

Выбор методов и форм проведения занятий обусловлен возрастными особенностями учащихся: показ, воспроизведение, анализ, самостоятельная проба. Важную роль на этом этапе играет метод упражнений, отработки техники через многократное повторение. Активно используются методы создания системы образов, методы тактильного ощущения, самоконтроля. Особое значение для данной возрастной группы имеет такая организация образовательного процесса, которая обеспечивает учащимся возможность выбора в совместной деятельности: организатора, «костюмера», «визажиста».
Для старшей возрастной группы более продуктивными являются все формы ин-

дивидуального сопровождения, встречи с представителями различных профессий, связанных с хореографическим искусством, индивидуальные творческие задания. На первый план выходят методы импровизации, взаимообучения, ролевые игры.

Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе основано на следующих *принципах:*

-гуманизации образования (необходимость бережного отношения к каждому ребенку как личности);

-от простого - к сложному (взаимосвязь и взаимообусловленность всех компонентов программы);

-единства индивидуального и коллективного (развитие индивидуальных черт и способностей личности в процессе коллективной деятельности, обеспечивающий слияние в одно целое различных индивидуальностей с полным сохранением свободы личности в процессе коллективных занятий);

-творческого самовыражения **(**реализация потребностей ребенка в самовыражении);

-психологической комфортности (создание на занятии доброжелательной атмосферы);

-индивидуальности (выбор способов, приемов, темпа обучения с учетом различия детей, уровнем их творческих способностей);

-наглядности (достижение задач при помощи иллюстраций, электронных презентаций, видеозаписей танцевальных номеров);

-дифференцированного подхода (использование различных методов и приемов обучения, разных упражнений с учетом возраста, способностей детей);

-доступности и посильности (подача учебного материала соответственно развитию творческих способностей и возрастным особенностям учащихся).

При реализации программы используется следующие *методы обучения:*

-игровой метод. Основным методом обучения хореографии детей является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе определенную цель, какое-либо задание. В процессе игры дети знакомятся с окружающей жизнью, уточняют и осмысливают свои представления о мире.

-метод аналогий**.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

- словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

-практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

-наглядный метод – выразительный показ движений под счет, с музыкой. Показ детям видеофрагментов выступлений танцевальных коллективов.

-репродуктивный (воспроизводящий);

-проблемно-поисковый (индивидуальный или коллективный способ решения проблемы, поставленной перед учащимися);

-творческий.

При реализации программы используется следующие *методы воспитания:*

-мотивация (создание желания заниматься определенным видом деятельности);

-стимулирование (создание ситуации успеха.

На занятиях 2 раза в год (сентябрь-октябрь, январь-февраль) проводятся инструктажи по технике безопасности. Учитывая направление деятельности, в течение всего учебного года практическая часть занятия включает в себя изучение (повторение) правил по охране труда и технике безопасности с обучающимися (см. папку с инструкциями).

*Педагогические технологии.*

Личностно-ориентированное обучение, целью которого является развитие личности ребенка, наиболее эффективно в дополнительном образовании, где опора на индивидуальность и неповторимость особенно актуальна. В процессе обучения при данном подходе учитываются ценностные ориентации ребёнка, особенности и характер его мотивации к выбранному виду деятельности, а отношения педагог - учащийся построены на принципах сотрудничества и свободы выбора. При личностно - ориентированном обучении педагог определяет основополагающие направления своей деятельности, выдвигая на первый план интересы ребенка. После сообщения темы занятия идёт обсуждение с учащимися плана занятия, путей и способов решения образовательных задач. При этом необходимо создать условия, обеспечивающие учащимся их активную позицию: положительный эмоциональный настрой, заинтересованность каждого ребенка в своём развитии. Разминка, изучение нового материала, закрепление и отработка танцевальных движений происходит с опорой на индивидуальные (темперамент, характер, способности) и возрастные особенности учащихся. Когда группа только начинает учебный год, складываются и межличностные отношения, и система ценностей в коллективе. В этот период главные идеи и основы эффективности танцевальной деятельности воспитанников достигаются через игровые технологии. Игра используется как метод обучения, развития и воспитания.

Здоровьеформирующие образовательные технологии по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье. как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. Одна из функций данной технологии — это воспитание у учащихся направленности на полноценное творчество, здоровый образ жизни, оптимизация состояния собственного организма и повышение устойчивости к различного рода стрессогенным факторам природной и социальной среды.

**Алгоритм учебного занятия**

Ведущий раздел программы «Изучение основ классического танца». Каждое занятие начинается с разминки, учащимся предполагают упражнения, подвижные игры, работа с предметами. В ходе занятий из учащихся формируются группы для выполнения заданий, отработки элементов. Группа делится на звенья по возрасту и опытности, им ставится задача, звенья отрабатывают показанные элементы, педагог осуществляет контроль. В конце занятия педагог подводит итоги, давая

оценку каждому учащемуся, указывая над чем необходимо поработать, благодарит всех за проделанную работу.
При проведении занятий в виде battle группа делится на две команды, которые соревнуются между собой, кто кого перетанцует. Выявляется команда - победитель, а также лучшие солисты во всех стилях. При участии в соревнованиях на battle выставляется фиксированная команда. Джем проводится при участии всего коллектива объединения. Все участники делятся на команды произвольно. Для организации конкурсов используется технология КТД.

**Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.**

В процессе занятий хореографией применяются самые разнообразные и редко встречающиеся в жизненной и трудовой практике упражнения. Они состоят из сложных двигательных действий, а их выполнение связано со специфическими условиями, которые требуют от занимающихся высокой степени технического совершенства, развития двигательных способностей и психологической подготовки.
На занятиях по хореографии необходимо особенно строго соблюдать меры предосторожности, так как при выполнении многих упражнений возможны различные травмы.
Гигиенические правила занятий физическими упражнениями
При выполнении физических упражнений нужно создать следующие гигиенические условия: надеть легкую свободную одежду, убрать и проветрить помещение, принять меры по предупреждению травм, заботиться о чистоте кожи.
Закаливание.
Основными принципами закаливания являются:
1. систематическое и последовательное проведение закаливающих процедур (ежедневно и без перерывов);
2. постепенное увеличение интенсивности закаливающих процедур;
3. проведение закаливающих процедур с учетом состояния здоровья ребенка;
4. учет индивидуальных особенностей ребенка, недопустимость проведения процедур при отрицательном эмоциональном отношении к ним ребенка;
5. возобновление закаливающих процедур после перерывов следует начинать с тех степеней воздействия, которые были вначале закаливания, но с более быстрым их нарастанием.

Прохождение медицинских осмотров.

Лица, занимающиеся физической культурой, массовым спортом, студенческим спортом, обучающиеся по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта (базовый уровень) в образовательных организациях дополнительного образования, спортом на спортивно-оздоровительном этапе и этапе начальной подготовки, лица, желающие заняться физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО, проходят медицинские осмотры 1 раз в двенадцать месяцев.

## Воспитание

Основой воспитательного процесса в ДЮЦ «Восхождение» является национальный воспитательный идеал — это высоконравственный, творческий, компетент-

ный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Исходя из воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) и специфики дополнительного образования, цель воспитания в ДЮЦ «Восхождение» заключается в личностном развитии учащихся.

Образовательный процесс в детском объединении «Альфа» предполагает активное освоение компетенций по направленности программы, а также воспитание обучающихся.

Воспитательная деятельность осуществляется по основным направлениям воспитания:

– гражданское воспитание;
– патриотическое воспитание;
– духовно-нравственное воспитание;
– эстетическое воспитание;
– физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия;
– трудовое воспитание;
– экологическое воспитание;
– ценности научного познания.

Воспитательная деятельность педагога осуществляется в рамках содержания программы на занятиях в детском объединении. А также на мероприятиях, проводимых в детском объединении и центре. В число организационных форм воспитания входят конкурсы, концерты, выставки, игровые программы, квесты, проекты, творческие встречи, тематические встречи поколений, фестивали, воспитательные события, посвящённые памятным датам.

Особенностью воспитательной работы является вовлеченность в нее социальных партнеров (родителей и других сетевых партнеров). Обучающиеся и их родители включены в совместную деятельность – социальную, волонтерскую, оздоровительную и досуговую.

Педагог в своей работе ориентируется осуществляется на основе аксиологического, антропологического, культурно-исторического, системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов и с учётом принципов воспитания: гуманистической направленности воспитания, совместной деятельности детей и взрослых, следования нравственному примеру, безопасной жизнедеятельности, инклюзивности, природосообразности.

Результатом воспитательного процесса в детском объединении является получение каждым обучающимся необходимых социальных навыков, которые помогут ему ориентироваться в мире человеческих взаимоотношений, эффективнее налаживать коммуникацию с окружающим миром, продуктивнее взаимодействовать с людьми разных возрастов и разного социального положения, искать и находить

выходы из трудных жизненных ситуаций, осмысленнее выбирать свой жизненный путь для себя и окружающих его людей.
План воспитательной работы в детском объединении представлен в приложении №5.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

**использованной педагогом**


1. .Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.
2. .Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие /
3. .Пуртова, Т.В., Учите детей танцевать [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с. 24 см. – 3000 экз. 6.Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз.
4. .Смирнова, М.В. Классический танец [Текст]: книга для учителей /М.В. Смирнова. – М., 2014;. – 230с. ; 21 см. – 1000 экз.
5. «Содержание, структура и оформление программ дополнительного образования детей» [Текст] / Приложение к письму Министерства образования РФ от 11.12.06 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»/Нормативные документы образовательного учреждения.- №3.- 2008.- С.39-42. 3.Энциклопедия психологических тестов [Текст] / под ред. В. Хохликова. –М.: ТЕРРА – Книжный клуб, 2014. – 360 с.
6. 1.«Примерные требования к программам дополнительного образования детей» [Текст] / приложение к письму Министерства образования РФ.- Дополнительное образование.- №3/07 С. 5-7.
7. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.
8. Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ; 21 см. – 2 000 экз.
9. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.
10. Овчинникова Е.Г. Разработка учебных программ в учреждениях дополнительного образования [Текст]: методическое пособие / Е.Г. Овчинникова.- Кемерово: типография Кемеровского облИУ, 2015-63с,21 см.-300 экз. 124
11. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

12. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 августа 2015 г. №АК-2563/05 «Методические рекомендации по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ».
13. Письмо Минпросвещения Российской Федерации от 29 сентября 2023 г. №АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного обучения детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число ведущих десяти стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны».

**рекомендованный коллегам**

Учебники ведущих мировых специалистов по европейским танцам: - Imperial Society of Teachers of Dancing "The Ballroom Technique", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Техника европейских танцев»), - Imperial Society of Teachers of Dancing "The revised technique of Ballroom dancing", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника европейских танцев»), -Alex Moore , England "Ballroom dancing" (Алекс Мур, Англия «Европейские танцы»), - Guy Howard "Technique of Ballroom dancing", England - (Гай Говард «Техника европейских танцев», Англия).

**рекомендованный учащимся**

1.Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.
2.Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ; 21 см. – 2 000 экз.
3.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.
4.Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. [Текст]: книга для учителей / Е. Г. Попова - М: Искусство, 2017.– 240с. ; 21 см. – 1000 экз.

**рекомендованный родителям**

1.Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. посо бие /Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз. 125
2.Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб.- метод. пособие /Т.К.Васильева. – СанктПетербург: Диамант, 2016– 180с. ; 21 см. – 1000 экз.
3.Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.

4.Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691- 00798-X

**электронные-ресурсы**

1. Буйлова Л. Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ // Молодой ученый. — 2015. — №15. — С. 567-572.
2. www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам.
3. http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. Методические и дидактические разработки по хореографии.
4. http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей,гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
5.http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_komplekt_plakatov/ Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры
6. http://www.gallery.balletmusic.ru - Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея 9. http://www.balletmusic.ru -Balletmusic: Балетная и танцевальная музыка
7.http://www.horeograf.com(все для хореографии и танцоров);
8. http://sov-dance.ru/ - Национальная Академия Современной хореографии
9. http://www.ballet.classical.ru/- Маленькая балетная энциклопедия

Приложение №1

Мониторинг результатов обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе

| Показатели (оцениваемые ) | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | | Возможное количество баллов | Методы диагностики |
|---|---|---|---|---|---|
| **Теоретическая подготовка обучающихся** | | | | | |
| 1.1 Теоретические знания по программе: а) основные сведения по истории современного танца<br>б) основные стили и жанры современной хореографии<br>в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности<br>г) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хипхоп<br>д) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца афро-джаз | Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям | -низкий уровень (учащийся овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой);<br>-средний уровень (объем усвоения знаний составляет более ½ );<br>-высокий уровень (учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период) | | 1-4<br>5-8<br>9-10 | Наблюдение, тестирование (в т.ч. компьютерное), контрольный опрос, викторины, кроссворды, терминологический диктант |
| Владение специальной терминологией | Осмысленность и правильность использования специальной терминологии | -низкий уровень (учащийся, как правило, избегает употребления специальной терминологии);<br>-средний уровень (учащийся сочетает специальную терминологию в бытовой);<br>-высокий уровень (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием) | | 1-4<br>5-8<br>9-10 | Собеседование, наблюдение |
| **Практическая подготовка обучающихся** | | | | | |
| 2.1 Практические уме- | Соответствие | -низкий уро- | | 1-4 | Творческий |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ния и навыки, предусмотренные программой: а) освоение положений рук в танце модерн б) освоение выворотных и параллельных позиции ног в) владение приёмами координации Соответствие практических умений и навыков программным требованиям Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем ½ предусмотренных умений и навыков 1 Контрольное задание Средний уровень – объём усвоенных умений и навыков 5 32 г) владение приёмами изоляции д) выполнение различных видов кросса е) выполнение гимнастических элементов ж) выполнение упражнений для развития позвоночника з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала и у станка и) владение техниками исполнения движений партера к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция л) владение техникой контактной импровизации м) владение техникой исполнения движений в манере танца хип-хоп н) владение техникой исполнения движений в манере танца афро-джаз | практических учений и навыков учащегося программным требованиям | вень (учащийся овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой);<br>-средний уровень (объем усвоения знаний составляет более ½ );<br>-высокий уровень (учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период) | 5-8<br>9-10 | экзамен в форме открытого занятия |
| 2.2. Творческие навыки: а) владение навыками музыкальнопластического интонирования;<br>б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности; | Креативность выполнения заданий. Уровень исполнительского мастерства (чистота исполнения, синхронность); художественная выра- | низкий уровень (обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания; допускает грубые ошибки в испол- | 1-4<br>5-8<br>9-10 | Творческий экзамен в форме открытого занятия, участие в конкурсах фестивалях |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельное создание музыкально-двигательного образа;<br>г) отражение в танце особенностей исполнительской манеры разных стилей современной хореографии; д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;<br>е) владение навыками сценической практики | зительность | нении изученных танцевальных композиций, неумение анализировать и исправлять допущенные ошибки)<br>средний уровень, (выполняет практические задания на уровне образца, допускает некоторую неточность, небрежность, незначительные ошибки)<br>высокий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества; знает особенности взаимодействия с партнерами на сцене владеет навыками музыкально-пластического интонирования; умеет без ошибок исполнять изученные танцы) | | |
| **Метапредметные результаты** | | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства | Умения наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;<br>выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.); | низкий уровень<br>(обучающийся не различает предлагаемые для анализа произведения, или не может обосновать свой выбор суждением, лексический запас минимален)<br>средний уровень<br>(правильно оценивает предлагаемые произведения, но не может обосновать свой выбор развернутым суждением, лексический запас, средний;<br>высокий уровень<br>(правильно оценивает предлагаемые произведения, обосновывает свой выбор развернутым суждением, правильно использует лексический материал, правильно трактует сюжетную линию танца; произведение живописи и др.) | 1-4<br>5-8<br>9-10 | Наблюдение, анкетирование, устные и письменные задания |
| Работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию | Самостоятельность в подборе и анализе литературы, пользовании компьютерными источниками информации, в учебно-исследовательской работе | низкий уровень<br>(обучающийся испытывает серьезные затруднения в работе с литературой, компьютерными источниками, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)<br>средний уровень<br>(самостоятельно работает с литературой, компьютерными источниками; учебное исследование, проект осуществляет с помощью педагога или родителей)<br>высокий уровень<br>(самостоятельно работает с литературой, компьютерными источниками, не испытывает трудностей при разработке учебных проектов, презентации результатов своего труда) | 1-4<br>5-8<br>9-10 | Наблюдение, анкетирование, самостоятельная проектно-исследовательская деятельность |
| **Личностные результаты** | | | | |
| Художественно-эстетический вкус, | Умения высказывать | низкий уровень<br>(оценка ограничивается | 1-4<br>5-8 | Наблюдение |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| проявляющийся в эмоционально-ценностном отношении к искусству | личностно-оценочные суждения о роли искусства в жизни | словами: "нравится", "не нравится")<br>средний уровень<br>(замечает наиболее яркие, интересные моменты и строит на этом свои суждения и оценки)<br>высокий уровень<br>(оценки и суждения отличаются самостоятельностью,<br>образностью, оригинальностью языка) | 9-10 | |
| Анализ и рефлексия | Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям | -постоянно завышенная/заниженная самооценка<br>-периодически завышенная/заниженная самооценка<br>-адекватная самооценка | 1-4<br>5-8<br>9-10 | Анкетирование<br>метод незаконченного предложения |
| Интерес к занятиям в детском объединении | Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы | низкий уровень<br>(интерес к занятиям продиктован ребенку извне)<br>средний уровень<br>(интерес периодически поддерживается самим ребенком)<br>высокий уровень<br>(интерес постоянно поддерживается самим ребенком) | 1-4<br>5-8<br>9-10 | Анкетирование, наблюдение, метод незаконченного предложения |

Приложение №2

Изменения личностных качеств под влиянием занятий в объединении

| | **Ф. И. О. обучающегося** | **I. Теоретическая подготовка ребенка** | | **II. Практическая подготовка ребенка** | | | **III. Обще учебные умения и навыки ребенка** | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебного плана) | 1.2. Владение специальной терминологией | 2.1. Классический танец | 2.2. Народный танец | 2.3. Современный танец | 3.1. Умение слушать и слышать педагога | 3.2. Умение выступать перед аудиторией, на сцене | 3.3. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности | 3.2. Умение выступать перед аудиторией, на сцене | 3.3. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности |

Приложение № 3

| № п/п | Ф. И. О. обучающегося | I. Теоретическая подготовка ребенка | | II. Практическая подготовка ребенка | | | III. Обще учебные умения и навыки ребенка | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебного плана) | 1.2. Владение специальной терминологией | 2.1. Классический танец | 2.2. Народный танец | 2.3. Современный танец | 3.1. Умение слушать и слышать педагога | 3.2. Умение выступать перед аудиторией, на сцене | 3.3. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности |
| | | | | | | | | | |

Приложение №4

Мониторинг личностного развития ребенка в процессе освоения дополнительной образовательной программы

| Показатели (оцениваемые параметры) | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | Возможное количество баллов | Методы диагностики |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **I. Организационно-волевые качества:** 1. *Терпение* | Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности | - терпения хватает меньше, чем на ½ занятия; | 1 | Наблюдение |
| | | - терпения хватает больше чем на ½ занятия; | 5 | |
| | | - терпения хватает на все занятие | 10 | |
| 2. *Воля* | Способность активно побуждать себя к практическим действиям | - волевые усилия ребенка побуждаются извне; | 1 | Наблюдение |
| | | - иногда самим ребенком; | 5 | |
| | | - всегда самим ребенком | 10 | |
| 3. *Самоконтроль* | Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия) | - ребенок постоянно действует под воздействием контроля извне; | 1 | Наблюдение |
| | | - периодически контролирует себя сам; | 5 | |
| | | - постоянно контролирует себя сам. | 10 | |
| **I. Ориентационные качества:** 1. *Самооценка* | Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям | - завышенная; | 1 | Анкетирование |
| | | - заниженная; | 5 | |
| | | - нормальная | 10 | |
| 2. *Интерес к занятиям в детском объединении* | Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы | - интерес к занятиям продиктован ребенку извне; | 1 | Тестирование |
| | | - интерес периодически поддерживается самим ребенком; | 5 | |
| | | - интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно | 10 | |
| **III. Поведенческие качества:** 1. *Конфликтность* (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия) | Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации | - периодически провоцирует конфликты; | 0 | Тестирование, метод незаконченного предложения |
| | | - сам в конфликтах не участвует, старается их побеждать; | 5 | |
| | | - пытается самостоятельно ула- | 10 | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | дить возникающие конфликты | | |
| 2. *Тип сотрудниче-ства* (отношение ребенка к общим делам детского объединения) | Умение воспринимать общие дела как свои собственные | - избегает участия в общих делах; | 0 | Наблюдение |
| | | - участвует при побуждении извне; | 5 | |
| | | - инициативен в общих делах | 10 | |

**Диагностическая карта динамики развития**
**музыкально – ритмических способностей обучающихся**
**Входная диагностика**

| № | Фамилия, имя | Уровень низкий | Уровень средний | Уровень высокий |
|---|---|---|---|---|
| | | До 20 % | От 21 - 50% | От 51 и выше % |
| 1. | 1. Артистизм | | + | |
| 2. | 2. Выворотность | | + | |
| 3. | 3. Гибкость | | + | |
| 4. | 4. Исполнение в ансамбле | | + | |
| 5. | 5. Координация | | | + |
| 6. | 6. Прыжок | | | + |
| 7. | 7. Растяжка | | | + |
| 8. | 8. Ориентация в пространстве | | + | |
| 9. | 9. Осанка | | | + |
| 10. | 10. Чувство ритма | | + | |

От 0% - 20% - неполная согласованность в движениях, упражнения выполняются не в полном объёме, с ошибками, не хватка развития физических данных, нарушена скоординированность движений;
От 21 - 50% - среднее развитие физических данных, допускается 3, 4 ошибки при исполнении упражнений, нарушается амплитуда движений;
От 51 % и выше - полная и правильная техника овладения пластикой и динамикой движений, их полная скоординированность.
Наблюдение по уровню активности педагог проводит каждый урок. Итог в карте наблюдений подводится в начале и в конце учебного года.
Критерии оценки на зачетном уроке, контрольном уроке или экзамене выставляется оценка по десятибалльной шкале.
10 Баллов – упражнение выполнено полностью, безошибочно (параграф 1), самостоятельно, музыкально, эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения в полном объеме.
9 Баллов – упражнение выполнено полностью, безошибочно, самостоятельно, эмоционально, в характере исполнения в полном объеме.
8 Баллов – задание выполнено полностью, учебные действия, однако не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка, есть небольшие погрешности, есть 1 ошибка. Упражнение выполнено эмоционально, в характере, стиле и манере исполнения стиля.
7 Баллов – задание выполнено полностью, учебные действия, однако не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка, есть 2 ошибки и небольшие погрешности в выполнении движений или постановки корпуса. Упражнение выполнено эмоционально, в характере, стиле и манере стиля.
6 Баллов – задание выполнено, но допущены грубейшие ошибки (не более 3х) в выполнении движений и комбинации, в постановке корпуса допущены ошибки.

Упражнение выполнено в характере, стиле и манере исполнения стиля. Выполняются отдельные учебные действия и умения, последовательность действий при выполнении заданий хаотична, учебные действия при выполнении комбинаций в целом плохо осознаны, большинство заданий могут выполнить с помощью учителя.

5 Баллов – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 4х ошибок. Обучающийся старается выполнить комбинацию в характере и манере стиля. Выявляются затруднения при выполнении отдельных тренировочных движений.

4 Балла – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 5 ошибок. Обучающийся исполняет комбинацию не в характере, без стиля и манеры стиля.

3 Балла – задание выполнено частично. Учебные действия, однако, не носят осмысленный полностью и уверенный характер, требуется теоретическая и практическая дополнительная подготовка. Постановка корпуса не верная, допущено более 6 ошибок.

2 Балла – задание выполнено частично, при выполнении допущено более 6 ошибок.

1 Балл – задание не выполнено. Нет четкости в исполнении позы,
не знает позиции рук, ног.

Критерии оценивания теоретических знаний:

**Высокий уровень –** обучающийся знает изученный материал. Может дать развернутый, логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом. Понимает место излагаемого материала в общей системе изучаемого предмета. Свободно оперирует терминами, может их объяснить. Может объяснить порядок действий на уровне причинно-следственных связей. Понимает значение и смысл своих действий.

**Средний уровень –** обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытий темы требуются дополнительные вопросы. Взаимосвязь материала с другими разделами изучаемого предмета находит с помощью педагога, но комментирует самостоятельно. Знает термины, но употребляет их не достаточно. Может объяснить порядок действий, но совершает незначительнее ошибки при объяснении теоретической базы своих действий.

**Низкий уровень –** обучающийся фрагментарно знает изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами. Не может самостоятельно встроить материал темы в общую систему полученных знаний, требуется значительная помощь педагога

**Критерии оценивания практических навыков и умений:**

**Высокий уровень –** обучающийся умеет самостоятельно подготовиться к выполнению предстоящей задачи. Последовательность действий отработана. Порядок

действия выполняется аккуратно; тщательно; в оптимальном временном режиме. Видна нацеленность на конечный результат. Результат не требует исправлений.

**Средний уровень –** обучающийся умеет самостоятельно подготовиться к выполнению предстоящей задачи, но не учитывает всех нюансов ее выполнения. Для активизации памяти самостоятельно используются алгоритмические подсказки. Порядок действия выполняется аккуратно, видна нацеленность на конечный результат. Результат требует незначительной корректировки.

**Низкий уровень –** Подготовительные действия носят сумбурный характер, недостаточно эффективны или имеют ряд упущений, но в целом направлены на предстоящую деятельность. Порядок действий напоминается педагогом. Порядок действий выполняется аккуратно, но нацелено на промежуточный результат. Результат в целом получен, но требует серьезной доработки.

**Критерии оценивания личностных качеств:**

**Высокий уровень –** сформированность гражданской и этнокультурной идентичности выражается – «я знаю», «я люблю», «я ценю и уважаю», «я делаю (готов сделать)»; так же выражаются на когнитивном, эмоциональном и деятельностном уровнях:

сформированность гуманистических и демократических ценностных ориентаций,

навыков адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире, личностного смысла в учении и непрерывном образовании, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств, потребности к творческому труду, установки на безопасный и здоровый образ жизни.

**Средний уровень –** имеются представления о гражданской и этнокультурной идентичности, гуманистических и демократических ценностных ориентаций, но отличаются фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «гражданин», «национальная принадлежность», «культура моего народа», «человек, личность», «уважение прав и достоинств человека»;

имеются предпосылки к адаптивному поведению, но поясляются неустойчиво и фрагментарно, ситуативно;

имеются представления, но отличаются фрагментарностью и отсутствием эмоционально позитивного отношения к категориям «учение», «образование», «самостоятельность», «ответственность», «ответственное поведение», «искусство», «жизнь», «здоровье», «здоровый образ жизни.

**Низкий уровень –** несформированность представлений:

о гражданской и этнокультурной принадлежности,

о гуманистических и демократических ценностях,

навыков адаптивного поведения, личностного смысла в учении и образовании, самостоятельности и ответственности за свое поведение,

эстетической потребности, о безопасном и здоровом образе жизни.

Приложение 5

# КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

| **Направления воспитательной деятельности** | **Мероприятия (форма*, название) в рамках образовательной и внеурочной деятельности** | **Время проведения (указать месяц)** | **Ответственные (педагог, педагог-организатор, методист, организационно-методический отдел и.п.)** | **Примечание (Раздел, направление, модуль, тема учебного плана ДООП)** |
|---|---|---|---|---|
| Гражданское воспитание | Изучение русского народного эпоса | октябрь | Чередниченко К.А. | беседа, видео урок |
| Патриотическое воспитание | День защитника Отечества<br>Участие в акции «Георгиевская ленточка»<br>Участие в праздновании Дня Победы | февраль<br>Апрель –май<br>май | Шостова Е.А.<br>Чередниченко К.А.<br>Котова Е.И. | Тематический праздник<br>Вручение Георгиевских ленточек<br>Показательные выступления для ветеранов |
| Духовно-нравственное воспитание | Дни открытых дверей<br>Международный день пожилых людей<br>Новогодний праздник<br>Всемирный день влюбленных<br>Международный женский день | Сентябрь<br>Октябрь<br>Декабрь<br>Февраль<br>Март | Чередниченко К.А.<br>Шостова Е.А.<br>Чередниченко К.А.<br>Котова Е.И | Родительское собрание<br>Тематический праздник, квест<br>Мастер-класс по изготовлению валентинок |
| Эстетическое воспитание | Беседы по этикету, по истории развития хореографии;<br>Международный день танца | Согласно разделу Учебного плана<br>Апрель | Чередниченко К.А. | Просмотр видео материалов и обсуждение творческих работ |
| Экологическое воспитание | «День Земли» | Март | Шостова Е.А.<br>Чередниченко К.А.<br>Котова Е.И | Беседа, просмотр видео материала, викторина |
| Физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и | Создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников | Согласно разделу Учебного | Чередниченко К.А. | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| эмоционального благополучия | Личная гигиена. Здоровое питание;<br>Техника безопасности на занятиях;<br>Дни здоровья | плана | Чередниченко К.А. с участием родителей | Беседа |
| Трудовое воспитание | «Чистый мир» | Апрель | Шостова Е.А.<br>Чередниченко К.А.<br>Котова Е.И. | Субботник, очистка прилегающей территории от мусора |
| Ценности научного познания | Эмоции, воображение, фантазия, интуиция<br>Наука в основе современного танца<br>Единство мира танца и научного познания | Согласно разделу Учебного плана | Чередниченко К.А. | Мастер-класс<br>Игры на развитие памяти, творческого воображения, перевоплощения. |