

Структурное подразделение, реализующее дополнительные общеобразовательные программы, Центр детского творчества государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №1 имени Героя Советского Союза И.М. Кузнецова с. Большая Черниговка м.р. Большечерниговский Самарской области



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа детского объединения  
**«Мечта»**  
художественной направленности

Срок реализации - 5 лет.  
Возраст обучающихся – 7 - 15 лет.

Составитель: Хабирова Г.Т.,  
старший педагог дополнительного об-  
разования СП Центр детского  
творчества

Принята  
методическим советом  
СП Центр детского творчества  
Протокол № *1 от 8.09.19г.*

с. Большая Черниговка, 2019г.

## **1.Пояснительная записка**

### **Введение**

Одной из актуальнейших проблем современного общества является формирование и развитие личности, интегрированной в современное общество и способной преобразовать и совершенствовать окружающую действительность. Детство – это начало формирования личности. Детство – это пора формирования нравственности, из которой произрастают потом навыки духовной жизни целого поколения.

Н.А. Зотов отмечает, что уже в старшем дошкольном возрасте начинает закладываться нравственный фундамент личности на уровне простых норм нравственности, «того общечеловеческого минимума морали, который необходим в условиях человеческого общежития».

В настоящее время идут активные поиски воспитательных систем, обеспечивающих целенаправленное развитие личности ребёнка. Среди актуальных воспитательных систем, на сегодняшний день, выделяют эстетическое воспитание.

Оптимальным вариантом реализации эстетического воспитания является художественно-творческая, в том числе и хореографическая, деятельность. Хореография, веками испытанное средство воспитания и формирования нравственно-эстетической позиции детей, имеет для этого всё необходимое: силу эмоционального воздействия и соответственно, внушения и убеждения; а так же обладает уникальной возможностью корректировать личность.

*Танец* - это искусство движений, жестов и поз, объединенных ритмом, обладающих способностью ярко выражать мысли и чувства. Танец, как и все виды искусства, отражает окружающую нас действительность, раскрывает жизнь во всех ее проявлениях.

Каждая историческая эпоха имела свою танцевальную культуру и всегда во все периоды она была связана с жизнью людей.

О танце как о виде искусства можно говорить с рабовладельческого строя. Наши древние люди плясали не ради удовольствия и развлечения, танец тогда сопровождал повседневную жизнь.

Древняя Греция особенно усилила и дала развитие танцевальному искусству.

В эпоху средневековья танцевальное искусство разделялось на две ветви:

1. Танцы, основанные на творчестве народа, исполняющие в низших слоях общества;
2. Аристократические, те что сейчас принято называть историко-бытовым танцем.

Особенно популярными танцы становятся в эпоху Возрождения. В эту эпоху появляется третья ветвь. Балет это высшее достижение танцевального искусства.

В настоящее время танцевальное искусство занимает большое место в жизни людей. Он по-прежнему существует и на сцене и в быту.

*На сцене подразделяем танцы на:* классический, характерный, народно сценический, народный (фольклорный), современный, бальный, спортивный, историко-бытовой, джазовый, модерн и. т.д.

Хореография - искусство, любимое детьми. Детям от природы свойственно выражать себя в движении: бегать, прыгать, размахивать руками и танцевать. Очень рано у ребенка появляется потребность в умении эстетически организовать эту стихию. Ребенку хочется научиться красиво, двигаться и «танцевать по-настоящему, как взрослые». Надо дать возможность ребенку выразить себя в танце, суметь добиться адекватного выражения своих эмоций через танцевальную пластику.

**Данная образовательная программа дополнительного образования детей направлена:**

- на развитие активного интереса к хореографическому искусству;
- на формирование творческого коллектива, направленного на воплощение единой цели (создание хореографической постановки);

- на ценностное развитие успешной личности в условиях сокращения и сотрудничества.

Накопленный опыт работы, методическая оснащенность осуществляющей работы позволила создать и реализовывать авторскую программу, которая представлена ниже.

Данная программа художественно-эстетической направленности является авторской, то есть, составлена на основе собственных разработок с использованием методической литературы:

1. Барышникова Г. Азбука хореографии. М.: РОЛЬФ 2001,
2. «Ритмика и танец» Программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств. М., 1980.

Данная программа по хореографии даёт возможность формировать у ребёнка не только эстетическое сознание, но и так называемую «внешнюю культуру», под которой понимается не только культура тела (телесная гармония), но и культура речи, движений, поз, мимики, жестов и т.д. Внешняя красота должна быть выражением внутренней культуры личности, а не самоцелью. Программа рассчитана на детей 7-15 лет.

**Актуальность данной программы** заключается в том, что танцевальное искусство в современном обществе пользуется большой популярностью. При создании дополнительной образовательной программы детского объединения «Мечта» учитывался социальный заказ. В школе часто при организации каких-либо мероприятий появляется необходимость в том, чтобы дети готовили танцевальные номера. Родители воспитанников заинтересованы в их гармоническом развитии и с огромным желанием приводят своих детей на занятия по хореографии. И школа, и родители заинтересованы в социальной адаптации и творческом развитии детей дошкольного и школьного возраста.

В нашем районе постоянно существует социальный заказ на занятия хореографией. Данная программа имеет социально-педагогическую направленность и способствует развитию у воспитанников чувства ответственности за успехи коллектива, уверенности в своих силах и коммуникабельность. Дети имеют возможность продемонстрировать свои способности на концертах, организованных районным Домом культуры, на конкурсах различного уровня.

Основополагающим для разработки программы стали следующие нормативные документы: Федеральный закон об образовании от 29.12.12 г. Приказ министра образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» и Концепция развития дополнительного образования в РФ от 04.09.2014 №1726-Р.

## **Целевое назначение программы**

### **Цель программы:**

Содействие становлению личности ребёнка, его социализация, интеграции в жизнь и культуру современного общества через развитие его эмоциональной и интеллектуальной сферы средствами хореографического искусства.

## **Задачи образовательной деятельности**

### **Развивающие задачи**

Развивать интерес к хореографическому искусству, музыкальность, пластичность.

Развить стремление к самосовершенствованию и творческую волю.

Развить технические и художественно-исполнительские хореографические навыки.

### **Воспитательные задачи**

Создать атмосферу психологического комфорта для формирования ценностных ориентаций и отношений среди воспитанников.

Сформировать дружный коллектив.

Формировать эстетическое сознание и «внешнюю культуру».

Воспитать художественное мировоззрение, нравственные взгляды.

### **Образовательные (учебные) задачи**

Дать детям прочные знания о хореографическом искусстве.

Обучить навыкам классического и народного танца, дать представление о современных тенденциях в танцевальном искусстве.

Обучить искусству постановки танца.

### **Принципы обучения:**

При создании и формировании *содержания* программы мы руководствовались *следующими принципами*:

**принцип гуманистичности и природосообразности**, обеспечивающий приоритет общечеловеческих ценностей и здоровья человека, свободного развития личности;

**принцип научности**, проявляющийся в соответствии предлагаемых для изучения в образовательной программе знаний последним достижениям научного, социального и культурного прогресса;

**принцип последовательности**, заключающейся в планировании содержания, развивающегося по восходящей линии, где каждое новое знание опирается на предыдущее и вытекает из него;

**системности**, предполагающей рассмотрение изучаемых знаний и формируемых умений в системе, построение всего учебного курса и всего содержания обучения как систем, входящих друг в друга и в общую систему человеческой культуры.

**связи с жизнью**, как способа верификации (проверки) действенности изучаемых знаний и формируемых умений, и как универсального средства подкрепления образования реальной практикой.

**соответствия возрастным возможностям и уровню подготовленности обучающихся**, означающего, если материал, которым обучающиеся овладевают, слишком легок, то и знания, и познавательные силы растут медленно, несоразмерно с их возможностями.

**доступности**, определяемой структурой учебного плана образовательной программы, способом изложения научных знаний, порядком введения и оптимальным количеством изучаемых научных понятий и терминов, а также способами овладения практическими умениями и навыками.

**творческий, развивающий характер обучения**; сочетание коллективного, группового и индивидуального характера обучения; активность и самостоятельность обучающихся в работе;

### **Возрастные особенности воспитанников**

В объединение принимают детей с 7 лет по желанию, при наличии у них медицинской справки о состоянии здоровья. Целесообразно организовать обучение, формируя возрастные группы, так как процесс обучения детей хореографии имеет свою специфику, поскольку тело ребёнка подвергается физиологическим изменениям в процессе роста организма.

1 год обучения – дети 7-8 лет

2 год обучения – 8-9 лет

3 год обучения – 9-10 лет

4 год обучения – 10-11 лет

5 год обучения – 11-15 лет

#### 1 год обучения (5-7 лет):

При приеме детей в группу 1-го года обучения учитывается уровень физической подготовки и состояние здоровья. Принимаются дети в возрасте от 5 до 7 лет. Это возраст, когда приобретение знаний опирается на систему не полностью осознаваемых ощущений. Мировоззрение носит не столько рациональный, сколько чувственный характер. Это игровой возраст. Для него характерны жизнерадостность, подвижность, доверчивость. Внимание детей не устойчиво, они легко отвлекаются, им трудно сосредоточиваться продолжительное время на одном задании. преобладает конкретно-образное мышление.

Двигательный аппарат находится в периоде развития, что выражается в слаборазвитой выносливости к длительной динамической работе. Дети быстро утомляются от однообразия, но, с другой стороны необходимо удовлетворить их потребности в движении.

#### 2 год обучения (7-8 лет):

В этом возрасте закладывается понимание танца, происходит воспитание коллективного исполнения, музыкальной культуры и культуры поведения. Урок строится на ритмических, игровых элементах и движениях. В тренаж постепенно вводятся движения классического и современного танца. В основе репертуара – жизнерадостность. Постановки должны быть доступными для восприятия и понимания. Это помогает неустойчивому вниманию. Постоянно находить предмет переключения, и дети не утомляются. Педагогу необходимо применять принцип наглядности, использовать основной педагогический прием-показ. Следить за эмоциональностью и выразительностью своей речи, избегать однообразия, чаше менять темпоритм урока.

#### 3 год обучения (8-9 лет):

Это самый трудный и самый интересный возраст и для воспитанника и для педагога продолжается формирование организма. Происходит процесс осознания себя как личности. Дети начинают ценить в людях волевые качества, ум, характер, независимость. Но это и период психологической неуравновешенности: резкая смена настроения, переход от экзальтации к депрессии и наоборот, нарастание общего возбуждения, и ослабление всех видов условного торможения. Это наиболее трудный возраст эмоционального развития, повышенной тревожности. Тревожность проявляется в длительном беспокойстве (сжимание рук, покусывание губ), в эмоциональном внутреннем возбуждении (слезы, сердцебиение), в состоянии напряжения (скованность, мышечная зажатость).

#### 4 год обучения (9- 10 лет):

В этом возрасте переди переоценка сил, стремление выделиться, но и стремление к анализу, самоконтролю. Это возраст, когда закладывается отношение к трудолюбию. От педагога требуется особое внимание, осторожность при постановке задач перед детьми: не подчеркивать значение результата, не ориентировать на высокие достижения, но и не сомневаться в возможностях ребенка сделать задание хорошо.

#### 5 год обучения (10-11 лет):

С 10-11 лет интересно развивается сила мышц. Дети становятся выносливыми к динамической работе, т.е. способами поддерживать постоянный уровень мышечного напряжения. Педагогу необходимо выявлять, поддерживать и направлять стремление, увлечения подростков, воспитывать привычку к волевым усилиям – настойчивость, выдержку, уверенность, - давая посильные задания.

### **Сроки реализации, формы обучения и организации деятельности**

Обучение по программе предполагает 5 лет и состоит из 5 уровней и 2 модулей:

1 уровень (1-2 год обучения) - вводный, ознакомительный (ориентация и адаптация воспитанников).

2 уровень (3-4 год обучения) - базовый (освоение образовательных курсов и коммуникация воспитанников).

3 уровень (5 год обучения) углубленный (углубленное освоение образовательных курсов

и коммуникация воспитанников, постановочная и концертная деятельность).

Дети занимаются в группах по 20-25 человек.

**Режим занятий:**

1 и 2 год обучения - 108 часа (по 1 часу 3 раза в неделю);

3-5 год обучения обучение по 2 модулям. После освоения одного модуля дети переходят на 2 модуль.

1 час занятия подразумевает 40 минут, между занятиями 10 минутный перерыв

**Ожидаемые результаты обучения**

**Личностными результатами** освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- применять ценности здорового образа жизни;
- проявлять себя в социально-значимой деятельности;
- проявить себя личностью соизмеряющей свои поступки с нравственными ценностями;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

**Метапредметными результатами** освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- проявлять актёрские навыки;
- разбираться в музыке, ее размере, частях и фразах;
- организовывать совместную деятельность со сверстниками;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- распределять и переключать свое внимание между различной деятельностью (слуховой, двигательной);
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

**Предметными результатами** освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- .- уметь музыкально-ритмически двигаться;
- прямо и стройно держаться;
- исполнять легкие народных и игровые танцы;
- согласовывать одновременно работу всех частей тела;
- самостоятельно и грамотно ориентироваться в мире танцевальной эстетики;
- самостоятельно повышать уровень танцевальной техники;
- исполнять движения музыкально в соответствии с национальным своеобразием музыки.

**Ожидаемые результаты 1-го года обучения**

Должны знать:

- правила поведения на занятии;
- правила выполнения дыхательных упражнений;
- основные позиции рук и ног;
- ритмическое строение музыки, ее размер, части и фразы;

Должны уметь:

- выполнять музыкально-ритмическую деятельность;
- прямо и стройно держаться в танце;
- выполнять подготовительные танцевальные движения и рисунки;
- исполнять легкие народные и игровые танцы;
- точно и правильно выполнять позиции ног и рук;
- ориентироваться в пространстве класса.

**Ожидаемые результаты 2-го года обучения**

Должны знать:

- правило грамотного исполнения танцев изученных в течение года;

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения изучаемых движений.

Должны уметь:

- свободно двигаться и ориентироваться в пространстве;
- правильно держать корпус;
- ритмично двигаться под музыку;
- согласовывать одновременно работу всех частей тела;
- выполнять все задания педагога выразительно и эмоционально.

**Ожидаемые результаты 3-го года обучения**

Должны знать:

- знать понятия и термины программных движений;
- правила исполнения изучаемых движений;
- знать историю танца;
- знать приемы актерского мастерства.

Должны уметь:

- точно и правильно исполнять все движения;
- контролировать работу всех частей тела (корпуса, рук, ног, головы);
- распределять и переключать свое внимание между замечаниями педагога, собственной работой, музыкального сопровождения;
- самостоятельно и грамотно ориентироваться в мире танцевальной эстетики.

**Ожидаемые результаты 4-го года обучения**

Должны знать:

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения изучаемых движений;
- о выразительности танца и его особенностях.

Должны уметь:

- повышать уровень танцевальной техники;
- точно и правильно исполнять движения;
- уметь анализировать свое исполнение;
- уметь работать в ансамбле с другими исполнителями;
- исполнять движения музыкально в соответствии с национальным своеобразием музыки

**Ожидаемые результаты 5 –го года обучения**

Должны знать:

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения изучаемых движений;
- отличия и особенности стиля и характера различных народно-сценических танцев.

Должны уметь:

- выразительно и чисто выполнять экзерсис;
- ускорять темп и разнообразить ритмический рисунок;
- исполнять технически сложные элементы классического, народного и современного танцев;
- точно и четко исполняют изучаемые движения;
- развивать технику, силу ног и координацию;
- танцевать в ансамбле с другими исполнителями;
- правильно анализировать свое исполнение.

**Система оценивания результатов освоения программы.**

Оценка знаний составляет процесс измерения уровня усвоения программного материала. Измерение и оценка успехов в обучении требует анализа вопроса о том, что подлежит измерению; вопроса о критериях, показателях, шкалах и единицах измерения; наконец, вопроса об ин-

струментах, приборах измерения. Все эти вопросы пока что слабо разработаны в отечественной дидактике. Экспертом оценки знаний традиционно выступает преподаватель. Именно он решает, насколько уровень знаний обучаемого соответствует требованиям программы (поэтому неизбежен субъективизм). Отметка-балл – это лишь общее представление об уровне знаний. Тем не менее, в силу удобства пользования такая процедура оценки и выставления отметки имеет повсеместное распространение.

Выделим рекомендации-принципы объективной оценки знаний:

1. Решаем, что мы хотим проверить и оценить и чего тем самым достичь.  
2. Знакомим учащихся с критериями оценки знаний. Прямо с первых дней изучения предмета предупреждаем о тех требованиях, которые будем предъявлять. Предъявляя свои требования заранее, преподаватель дает понять обучающимся, что спрос с них будет строгий, но разумный.

3. Проверяем и оцениваем тщательно, регулярно и по-разному. Здесь главное правило – проверяем все, что задаем; оцениваем достаточно полно; отметку ставим только за существенное. Наряду с отметками используем «малые формы оценки»: используем мимику, модуляцию голоса, разных форм обращения (одобряющих, критикующих, исправляющих и др.).

4. Предъявляем высокие требования, но пусть обучаемые знают, что у них всегда открыта дорога к успеху.

5. Всегда контролируем и оцениваем себя как преподавателя.

Немаловажный вопрос для любого преподавателя по хореографии – это вопрос о том, за что и какую оценку ставить ребёнку на занятии. Тут приходится учитывать несколько аспектов – личностный, общепедагогический и научный.

Индивидуальный подход к вынесению оценки – это и есть подход личностный, то есть, когда учитывается, как данный ребёнок вообще занимался в течение длительного периода.

Общепедагогический подход предполагает соблюдение определенных педагогических и методических правил, обеспечивающих нормальные, психологически комфортные условия итоговых испытаний.

### **Внутренняя система оценки**

1. На каждом занятии:

- педагог применяет словесную систему оценки, отмечая отличившихся учащихся, а также отстающих учеников за правильно выполненное движение, за удачную позу и т.д., чтобы у учащихся не пропала вера в свои силы.

- учащиеся получают баллы за хорошее поведение.

2. Ежемесячно на игровом уроке применяется рейтинговая система оценки:

а) оценка педагога при опросе за предмет по теоретическим вопросам в процессе игры предполагает только поощрения за хороший ответ. Таким образом, снимается психоэмоциональное напряжение при ответе.

б) оценка товарищей происходит в процессе игры. Меняясь парами, дети оценивают исполнительское мастерство друг друга. За хорошее партнёрство рисуют смайлик (2 балла) в личной книжке товарища.

3. В конце каждой четверти проводится практическое контрольное занятие по пройденному программному материалу. Педагог оценивает за предмет – практика.

4. В течение всего учебного года применяется система гуманизации - оценка за развитие личностных качеств.

5. При проявлении творческих способностей учащиеся получают оценку за творчество.

4. В конце года проводится зачёт по практике и контрольная работа по теоретическому материалу.

5. По итогам зачёта обучающиеся переводятся в следующий год обучения или пишется представление на получение удостоверения об освоении образовательной программы.

6. Учащиеся объединения готовят концертные номера и выносят их на суд зрителей и получают оценку за свой труд от родителей.

**Критерии оценки по практике:** артистичность, музыкальность, техника

### **Градация внутренней оценки**

№	Вид оценки	Баллы
1	за предмет (теория, практика)	2-4
2	за творчество	2-4
3	за развитие личностных качеств	3
4	за психологический рост	3
5	оценка товарищей	2
6	оценка родителей	2

### **Уровни**

Год обучения	Обязательный практический минимум
1	Исполнение легких народных и игровых танцев. Точное и правильное выполнение позиций ног и рук. Ориентация в пространстве класса.
2	Ритмичное движение под музыку. Умение согласовывать одновременно работу всех частей тела. Выполнение всех заданий педагога выразительно и эмоционально.
3	Точное и правильное исполнение всех движений; Контроль работы всех частей тела (корпуса, рук, ног, головы). Самостоятельное и грамотное ориентирование в мире танцевальной эстетики.
4	Точное и правильное исполнение движений. Умение анализировать свое исполнение. Умение работать в ансамбле с другими исполнителями. Исполнение движений музыкально в соответствии с национальным своеобразием музыки.
5-8	Выразительное и чистое выполнение экзерсиса. Ускорение темпа и разнообразие ритмического рисунка. Исполнение технически сложных элементов классического, народного и современного танцев. Точное и четкое исполнение изучаемых движений.

### **Внешняя система оценки**

1. Ежегодно все обучающиеся участвуют в отчётном мероприятии объединения.
2. Лучшие из учащихся становятся участниками районных, зональных, областных, всероссийских и международных хореографических конкурсов, где их оценивает профессиональное жюри.
3. Обучающийся собравший портфолио с большей суммой баллов внешней оценки выдвигается на районную премию «Одарённые дети».

### **Градация внешней оценки**

Место	Баллы за участие в конкурсах на уровне			
	объединения	окружной	областной	международный
участие	2	X2	X3	X4
3	3	X2	X3	X4
2	4	X2	X3	X4

1	5	X2	X3	X4
---	---	----	----	----

По окончанию курса обучения воспитанники получают свидетельства в соответствии с «Положением структурного подразделения о выдаче документов об освоении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы».

## 2. Учебно-тематический план

### 1-й год обучения

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Контрольно-оценочная деятельность
	<b>Модуль «Ритмика»</b>				
1	Вводное занятие. Инструктаж	3	3	0	Тестирова- ние, кон- трольные уроки, прак- тические за- чёты, участие в конкурсах и концертах
2	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве	12	3	9	
3	Ритмические упражнения	12	3	9	
4	Разминка	12	0	12	
5	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	23	2	21	
	<b>Модуль «Танец»</b>				
1	Вводное занятие	1	1	0	
2	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала.	15	3	12	
3	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскoki, шоссе.	15	3	12	
4	Танцевальные композиции.	12	0	12	
5	Воспитательное мероприятие.	3	0	3	
<b>ИТОГО</b>		<b>108</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	

## 3. Содержание образовательной программы

### 1-й год обучения

#### 1. Вводное занятие. Инструктаж.

Знакомство с детьми. Беседа об искусстве танца. Знакомство с правилами поведения на занятиях.

#### 2. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.

Освоение правил построения, передвижений в танцевальном зале в направлениях (в линии; в шахматном порядке по кругу; квадрат)

Определение понятий: «лицом по линии танца», «спиной по линии танца», «лицом в центр круга».

Музыкальные игры: «Быстро по местам», «Знай, свое место», «Улицы, проспекты», «Карусель», «Выбери партнера».

Все эти построения и перестроения исполняются посредством различных видов ходьбы и бега, в разных направлениях (вперед, назад, в сторону), которые в то же время служат для выработки и совершенствования правильной осанки и походки.

#### 3. Ритмические упражнения.

- похлопывание, простикивание простейших ритмических рисунков. Ходьба под музыку – выявление моторной реакции;
- выполнение шагами, хлопками ритмического рисунка знакомого музыкального произ-

ведения, частичного без музыкального сопровождения;

- хлопки в ладоши с соблюдением ритмического рисунка на музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4, акцент на разные доли такта;
- хлопки в ладоши на первую четверть такта, на каждую 8 такта;
- воспроизведение ритмического рисунка движениями: хлопками, ударами ног, шагами;
- сочетание ритмических хлопков в ладоши с различными видами танцевальных шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса;
- хлопки в ладоши с паузой, синкапированные хлопки;
- хлопки в ладоши с различными движениями ног, со сменой ритмического рисунка во время различного рода перестроений частично без музыкального сопровождения.

#### **4. Разминка.**

Приведение двигательного аппарата в рабочее состояние, разогрев всех мышц.

Голова

Виды движений:

- наклон вперед-назад;
- наклон влево-вправо;
- поворот влево-вправо.

Плечи

Виды движений:

- подъем одного или двух плеч вверх;
- движение плеч вперед-назад;
- твист плеч (изгиб, резкая смена направлений)

Грудная клетка

Виды движений:

- движения из стороны в сторону;
- движение вперед-назад;
- подъем и опускание

Корпус

Виды движений:

- маятник (перенесение тяжести тела с пяток на полупальцы и обратно по 1, 2 и прямой позиции ног или одной ноги на другую);
- деревянные и тряпочные куклы (расслабление и напряжение мышц корпуса);
- «жираф» (стоя наклониться вперед, достать руками пол, поднять ногу вверх, в потолок);
- «росток» (поднимание корпуса на полупальцы)

Руки

Виды движений:

- поднимание и опускание рук вместе и поочередно;
- круговые движения рук

Бедра

Виды движений:

- движения вперед-назад;
- движение из стороны в сторону

Полуприседание по 1 и свободной позиции, напряженные и пружинные.

Соттэ - прыжки: «ножницы», «бегунок», «кенгуру».

#### Партерный экзерсис

Упражнения на развитие стопы:

- сгибание и разгибание (вместе и поочередно);
- круговые движения;

«Уголок»:

«Лягушка»

«Свечка»

«Ножницы»  
«Кошечка»  
«Змейка»  
«Лодочка»  
«Кораблик»  
«Корзиночка»  
«Маятник»  
«Мостик»  
«Растяжка»  
«Шпагат»

### **5. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.**

Восприятие характера музыки и передача его через движение (веселого, спокойного, энергичного, торжественного).

Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков на основе восприятия музыки.

Раскрытие характера и выражение его в движении с использованием различных видов ходьбы и бега.

Виды ходьбы: бодрое, спортивная, торжественная, естественная, спокойная, осторожная, плавная.

Виды бега: легкий, острый, стремительный, широкий, пружинистый.

Игра «Узнай регистр» (регистр – различная высота звучания музыки), игра с платочками: на низкий полоскают платочки, на средний – стряхивают, на высокий – машут платочками над головой.

Игра «Дорожка с препятствием», игра «Изображение любимого животного».

### **6. Методика постановки позиций ног, рук на середине зала**

Позиция рук:

1-я; 3-я – arrondi; 2-я – allongee, подготовительное положение.

Позиция ног:

6-я, 1-я, 2-я, 3-я

### **7. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.**

Изучение видов шага: шаг на всю ступню, шаг с носка (танцевальный шаг), шаг на полу-пальцах, шаг с высоким подниманием ног.

Изучение видов бега: легкий бег, широкий бег, бег с высоким подниманием ног.

Изучение подскоков: легкие, сильные, энергичные.

Изучение видов ходьбы: сочетание с движением рук, в сочетании с логическим текстом, сочетание с пением.

Техника правильной бытовой походки.

### **8. Танцевальные композиции**

Разучивание простых танцевальных композиций: «Танец маленьких утят», «Полечка», «Лучики для мамы».

### **9. Воспитательное мероприятие**

- чаепитие «Давайте познакомимся!»
- игры на свежем воздухе «Если хочешь быть здоров»

### **4. Учебно-тематический план программы 2-й год обучения**

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Контрольно- оценочная деятельность
1.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	3	3	0	Тестирование Зачет по технике исполнения упражнений с различными предметами. Зачет по исполнению разученных элементов танца. Исполнение танца. Выступление на мероприятиях
2.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца.	12	3	9	
3.	Пластическая выразительность рук	12	3	9	
4.	Танцевальная импровизация	12	0	12	
5.	Кроссовые движения	24	3	21	
6.	Дыхательные упражнения	15	3	12	
7.	Постановочная работа	15	3	12	
8.	Игровой танец	12	0	12	
9.	Зачетное занятие	3	0	3	
10.	Воспитательные мероприятия	108	18	90	
<b>Итого за год</b>		<b>144</b>			

## 5. Содержание образовательной программы 2-й год обучения

### 1. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.

- развитие и закрепление умений правильно определять характер темпа, выдержка его на протяжении звучания пьесы, а также смена скорости движений;
- наполнение движений разной силы, размаха, эмоциональной яркости с постепенным нарастанием и ослаблением напряжений, амплитуды движений, увеличение и уменьшением, а также движений конкретного характера в зависимости от динамических оттенков музыкальных произведений;
- выражение характера музыки, темпа и динамики в творческой импровизации в различных движениях под музыку, в свободных танцевальных движениях, а также в упражнениях, играх и танцах фиксированными движениями;
- отражение динамических оттенков в музыкальных произведениях различными движениями, видами ходьбы и бега в сочетании с построениями, перестроениями и передвижениями;
- музыкальные игры, определяющие темп музыкального произведения и его динамические оттенки: «Марш», «Вышивание», «Шагаем – бегаем», «Весело - грустно», «Плавно – отрывисто».

### 2. Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца.

Классический экзерсис у станка

Методика постановки корпуса, ног, рук, головы лицом к станку

- Relevé на полупальцы в 1, 5 позициях с Demi-plie;

- Перегибы корпуса назад и в сторону во 1-й позиции лицом к станку;
- Demi-plie и Grand plie по 1-1, 2-й, 5-й позициях;
- Bettments tendu из 1-й, 5-й позиции в сторону (en cote), вперед (en avant), назад (en arrière);
- Bettments tendu gete с 1-й позиции в сторону, назад, вперед;
- Rond de jamb par terre вперед en dehors et en dedans;
- Sur le cou de pied;
- Положение Sur le cou de pied; условное, основное, сзади;
- Releve lent на 90° вперед, в сторону, назад;
- Растворка с Demi-plie на опорной ноге и передвижением ноги по станку в сторону

#### Классический экзерсис на середине зала

- изучение направлений в танце (8 точек зала);
- Adagio;
- Port de bras 1-я форма;
- положение корпуса en face, epaulement: croise, efface;
- методика изучения движений группы прыжков. Allegro;
- прыжки на двух ногах по 6-й позиции;
- Temps leve sauté по 1-й, 2-й позиции.

### **3. Пластика выразительность рук**

Развитие подвижности и отдельности пальцев, кисти, локтя, плеча, суставов в различных направлениях и особенно в непривычных для человека.

Систематичные и ассиметричные сочетания движения правой и левой рук моторного, танцевального и стилизованного характера. Движение в соответствии с изменением силы, размера и темпа.

«Волна» - одной рукой, двумя руками, с покачиванием корпуса;

«Крылья» - двумя руками до уровня плеч, с разворотом ладони вверх-вниз, поочередно двумя руками;

«Крест» - круг ладонями к себе – от себя, несколько кругов с ускорением темпа исполнения;

«Плавники» - движение рук с постепенным увеличением амплитуды;

«Рыбка» - движение рук с ускорением и замедлением темпа исполнения;

«Гладить кошку» - плавные и мягкие движения рук;

«Дворники у машин» - движения рук, согнутых в локтях.

Этюды на пластическую и смысловую выразительность рук: «Игра в снежки», «Фруктовый сад», «Назойливая муха», «Смола», «Тополиный пух».

### **4. Танцевальная импровизация**

Побуждение детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности. Этюды: «Художник», «В мире животных»

### **5. Кроссовые движения**

Отработка видов шага: шаг на всю ступню, шаг с носка (танцевальный шаг), шаг на полу-пальцах, шаг с высоким подниманием ног.

Изучение видов бега: легкий бег, широкий бег, бег с высоким подниманием ног.

Изучение подскоков: легкие, сильные, энергичные.

Изучение видов ходьбы: сочетание с движением рук, в сочетании с логическим текстом, сочетание с пением.

Техника правильной бытовой походки.

Вращение.

### **6. Дыхательные упражнения.**

- Освоение правильного дыхания: выдох через сомкнутые губы, пауза, легкий носовой вдох. Начальная фаза развития дыхания – выдох. Освобождение тела от излишних напряжений в мышечной системе. Соединение трехфазного дыхания с движением.
- Освоение трехфазного дыхания, в положении сидя, лежа, стоя. «Подуем на свечу» - выдох ПФФФ, пауза (ожидание), возврат дыхания.
- Мышечное освобождение и регулировка дыхания: сомкнув края губ, сделать короткий выдох с произношением звуков «ПФ», затем непроизвольный короткий носовой вдох; сомкнув края губ сделать длинный выдох с произношением звуков «ПФ», затем глубокий носовой вдох.

## **7. Постановочная работа**

- a. Прослушивание музыки заданного танца.
- b. Изучение характера танца.
- c. Изучение и отработка движений, поз, рисунков танца.
- d. Подготовка костюмов.

## **8. Игровой танец**

Игровой танец - это совокупность различных видов гимнастических, хореографических, психологических упражнений, которые направлены на оздоровление организма ребенка, выправления осанки.

## **9. Зачетное занятие**

Зачет по технике исполнения упражнений.

## **10. Воспитательные мероприятия**

- игры на свежем воздухе «Если хочешь быть здоров...»
- «Конкурс знатоков спорта»
- чаепитие

## **6. Учебно-тематический план 3-й год обучения**

№	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Контрольно-оценочная деятельность
1.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца	28	2	26	Тестирование. Зачет по технике исполнения упражнений народно-сценического танца.
2.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца	28	2	26	
3.	Актерское мастерство	14	2	12	
4.	Танцы в современных ритмах	22	2	20	
5.	Танцевальная импровизация	18	2	16	
6.	Беседы о хореографическом искусстве	6	6	-	
7.	Постановочная работа	24	2	22	

8.	Зачетное занятие	4	-	4	ступление на районных мероприятиях и областных конкурсах
	<b>Итого за год</b>	<b>216</b>	<b>18</b>	<b>126</b>	

## 7. Содержание образовательной программы 3-й год обучения

### 1. Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца

Классический экзерсис у станка

- Demi и Grand plie по 1, 2, 4, 5 позициям;
- Bettments tendu в 5-й позиции в сторону, вперед, назад;
- Bettments tendu с Demi-plie – в 1-й позиции, в 5-й позиции в сторону, вперед, назад;
- Bettments tendu gete с 1-й, 5-й позиции в сторону, вперед, назад;
- Bettments tendu gete с Demi-plie в 1-й, 5-й позиции в сторону, вперед, назад;
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans;
- Rond de jambe par terre на Demi-plie en dehors et en dedans;
- Bettments fondu par terre в сторону, вперед, назад;
- Bettments frappes par terre в сторону, вперед, назад;
- Rond de jambe enl'air en dehors et en dedans;
- Bettments developpe поднимание работающей ноги согнутой в колене до положения 90° и опускание ее в 5-ю позицию в сторону;
- Grands bettments jete с 1-й и 5-й позиции в сторону, вперед, назад;
- Pas de bourree с переменой ног, изучается лицом к станку.

Классический экзерсис на середине зала. Adagio

- Port de bras - второе;
- Позы croisec, efface с руками в больших и маленьких позах.

Методика изучения движений группы прыжков. Allegro

- Temps leve на 1-ю, 2-ю и 5-ю позицию;
- Changement de pied;
- Pas echappe на 2-ю позицию.

### 2. Система упражнений, состоящая из элементов и движений народно-сценического танца.

Народный экзерсис у станка:

- подготовка к началу движений preparatione;
- маленькие и большие приседания по 1, 2, 3 позициям;
- упражнения на развитие подвижности стопы.

Скользжение стопой по полу по 1-й, 3-й, 5-й открытым позициям: с полуприседанием на опорной ноге.

- маленькие броски вперед, в сторону, назад по 1-й, 3-й, 5-й открытым позициям;
- каблучные упражнения: у щиколотки, на 45°;
- дробные выступивания по 6-й позиции;
- подготовка к «веревочке»;

Скользжение работающей ноги по опорной

- открывание работающей ноги на 45° вперед, в сторону, назад на вытянутой ноге и на

полуприседании;

- большие броски: на целой ноге, с полуприседаниями на опорной ноге;
- растяжка в полуприседании, полное приседание на опорной ноге стоя лицом к станку.

#### Народный экзерсис на середине зала.

##### Русский танец

- раскрывание и закрывание рук на пояс в различных позициях и положениях;
- простые шаги: основной шаг с носка, с каблука, с проскальзывающим притопом;
- переменный шаг: простой вперед и назад;
- притопы: одинарные, двойные и тройные;
- «Гармошка»;
- припадание в сторону по 3-й позиции;
- дробные движения: подготовка к дробям – удар полупальцами, каблуком, всей стопой;
- бег с продвижением вперед, назад, на полупальцах;
- подскоки на месте с продвижением вперед, назад, вокруг себя;
- танцевальный бег;
- «Ковырялочка» с притопом;
- «Елочка»;
- подготовка к присядке «мячик».

##### Белорусский танец

- основной ход танца «Крыжачка» подскоками с переступаниями;
- шаг с подскоками в повороте;
- притопы одинарные;
- поочередное выбрасывание ног на каблук вперед;
- кружение с припаданием.

##### Вращение:

- стоя на месте. С передвижениями.

### **3. Актерское мастерство**

Изучение приёмов и упражнений, позволяющие развить исполнительское мастерство.

В этот период обучения у детей уже заложен фундамент хореографической подготовки, они активно участвуют в постановочной и концертной деятельности. И для того, чтобы учащиеся научились наиболее ярко и эмоционально передавать хореографические образы. Здесь широко используется технология игрового обучения: учить позу связывать с движением, с музыкой, т.е. позы должны быть «говорящими», а движения «рассказывающими»; учить законам перемещения в пространстве сцены.

##### Уроки фантазии.

##### Упражнения:

- движения – поза-жест;
- движения на идентификацию;
- мимика;
- сценическое внимание;
- перемещение в пространстве сцены.

### **4. Танцы в современных ритмах**

Отличительная особенность танцев в современных ритмах - своеобразная пластика, импровизационный характер исполнения с сохранением правильной постановки корпуса, культура исполнения движений с использованием разнообразных положений в паре и переходов танцующих. Исполнение танцев в основном на месте или с незначительным передвижением.

##### Упражнения, стоя и лежа на полу:

- наклоны и повороты головы;

- упражнения на развитие рук, плеча, кисти, пальцев в отдельности;
- наклоны и повороты корпуса;
- упражнения на развитие тазобедренного сустава;
- упражнения на развитие подвижности колена, стопы;
- упражнение на развитие шага, гибкости, выворотности.

## **5. Танцевальная импровизация**

Побуждение детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности.

## **6. Беседы о хореографическом искусстве**

Знакомство с историей танца.

## **7. Постановочная работа**

- Прослушивание музыки заданного танца.
- Изучение характера танца.
- Изучение и отработка движений, поз, рисунков танца.
- Подготовка костюмов.

## **8. Зачетное занятие**

Зачет по технике исполнения упражнений.

## **8. Учебно-тематический план 4-й год обучения**

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Контрольно-оценочная деятельность
1.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца	28	2	26	Зачет по технике исполнения упражнений народно-сценического танца.
2.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца	28	2	26	Зачет по исполнению бальных танцев. Исполнение танца.
3.	Танцевальные элементы историко-бытового танца	14	2	12	Выступление на районных мероприятиях и областных конкурсах
4.	Актёрское мастерство	22	2	20	
5.	Танцы в современных ритмах	18	2	16	
6.	Постановочная работа	6	6	-	
7.	Беседы о хореографическом искусстве	24	2	22	
8.	Танцевальная импровизация	4	-	4	
9.	Зачетное занятие	<b>216</b>	<b>18</b>	<b>126</b>	

9.	Воспитательные мероприятия			
	<b>Итого за год</b>	<b>216</b>		

## 9. Содержание образовательной программы 4-й год обучения

### 1. Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца

#### Классический экзерсис у станка

- Demi plie и Grand plie по 1, 2, 4, 5 позициям с сопровождением руки;
- Bettment tendu по 5-й позиции в сторону, вперед, назад в сочетании с passé par terre;
- Bettment tendu gete по 5-й позиции в сторону, вперед, назад в сочетании с picce на 45°;
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans в сочетании с Rond de jambe на 45°;
- Bettment fondu на 45° в сторону, вперед, назад;
- Bettments frappes на 45° в сторону, вперед, назад;
- Rond de jambe enl'air en dehors et en dedans;
- Bettment developpe с Demi plie
- Grands bettment jete по 5-й позиции в сторону, вперед, назад в сочетании с passé par terre.

#### Классический экзерсис на середине зала. Adagio

- Port de bras - третье;
- Demi plie и Grand plie по 1-й позиции в позе anfas;
- Bettment tendu с 1-й, 5-й позициям в сторону, вперед, назад в позе anfas;
- Bettment tendu gete с 1-й, 5-й позициям в сторону, вперед, назад в позе anfas;
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с 1-й позиции в сторону, вперед, назад в позе anfas;
- Releve lent на 90° вперед, в сторону, назад в позе anfas;
- Turre по 6-й позиции.

#### Методика изучения движений группы прыжков. Allegro

- Temps leve на 1-ю, 2-ю и 5-ю позицию;
- Changement de pied;
- Pas echappe с окончанием на одну ногу sur le cou-de-pied назад;
- Pas assemble вперед и назад;
- Sissonne fermee по прямой линии;
- Petit pas de chat с выбрасыванием ног вперед.

### 2. Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца

#### Народный экзерсис у станка:

- приседание и полное приседание по 1-й прямой позиции с поворотом коленей;
- скольжение стопой по полу с поворотом бедра;
- маленькие броски с ударом стопой работающей ноги по 5-й позиции вперед, в сторону, назад с одновременным ударом каблуком опорной ноги;
- каблучные упражнения на 90° вперед, в сторону, назад: в мазком полупальцами по полу;
- круговые скольжения по полу с Demi plie на опорной ноге, двойные;
- упражнения со свободной стопой flic-flac в открытых позициях, с добавлением удара работающей ноги полупальцами в позиции;
- Bettment fondu на 45° вперед, в сторону, назад;

- подготовка к «Веревочке»: с подъемом на полупальцы; с поворотом бедра в закрытое положение и обратно;
- повороты стопы pas tortilla: одинарные, двойные;
- упражнения на выстукивания: чередование ударов каблуком, полупальцами и всей стопой работающей ноги;
- раскрывание ноги на 90°: на вытянутой ноге (плавное и резкое), на полуприседании (плавное и резкое);
- большие броски: с опусканием работающей ноги на каблук;
- подготовка к «Качалке». «Качалочка»;
- вращение по диагонали: шене, бегунок;
- вращение на месте по 6-й позиции – «обертас».

#### Народный экзерсис на середине зала

Элементы русского народного танца

- движение рук с платком;
- боковое припадание с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги;
- перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону;
- боковые перескоки с ударами полупальцами в пол;
- «Веревочка»: простая, с двойным ударом полупальцами, простая с поочередным переступанием, двойная с поочередным переступанием;
- дробные движения: простая дробь на месте, тройная дробь на месте и с продвижением вперед;
- «Ключ»;
- «Моталочка»: с задеванием пола каблуком;
- «Маятник» в прямом положении.

#### Итальянский танец «Тарантелла»

- положения ног, характерные для итальянского танца;
- положение рук в танце: движение рук с тамбурином, удары пальцами и тыльной стороной ладони;
- скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием назад в полуприседании на месте с продвижением назад;
- бег «тарантелла» на месте и с продвижением назад;
- шаг с подскоком с одновременным броском и сгибанием ноги в колене;
- перескоки с ноги на ногу;
- подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й свободной позиции вместе и в повороте;
- п внутрь и наружу: на одной ноге, поочередное переступание по 5-й свободной позиции на полупальцах в полуприседании.

#### Испанский народный танец

- положение рук, ног, корпуса;
- основные элементы испанского народного танца «Арагонская хота»;
- этюд на материале танца «Арагонская хота».

### **3. Танцевальные элементы историко-бытового танца**

#### Экзерсис историко-бытового танца

- определение понятия «историко-бытового танца»;
- постановка корпуса головы;
- позиция рук, ног;
- поклоны и реверансы;

- виды шагов: бытовой, танцевальный, pas glisse (скользящий шаг) вперед и назад, pas chasse (двойной скользящий шаг) вперед а назад, pas eleve (боковой подъемный шаг).

### Полонез

- па полонеза вперед и назад по одному, в парах и по кругу, обвод дамы с опусканием кавалера на колено;
- композиция полонеза – рисунок.

### Вальс в три па

- вращение по кругу в правую сторону по одному и в паре;
- вращения по кругу влево по одному и в паре;
- комбинации движений вальса: вращение вправо и влево в сочетании в балансе, па де баск и другими танцевальными движениями.

## **4. Актерское мастерство**

### Уроки фантазии

#### Упражнения:

- «помощники актера»;
- сценическое внимание.

Ролевые игры: на внимание, на память, на развитие творческого воображения

## **5. Танцы в современных ритмах**

- партерная гимнастика;
- элементы акробатики;
- упражнения для отдельных групп мышц.

## **6. Постановочная работа**

- Прослушивание музыки заданного танца.
- Изучение характера танца.
- Изучение и отработка движений, поз, рисунков танца.
- Подготовка костюмов.

## **7. Беседы о хореографическом искусстве.**

Знакомство с современной хореографией

## **8. Танцевальная импровизация**

Побуждение детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности.

## **8. Зачетное занятие**

Зачет по технике исполнения упражнений.

## **9. Воспитательные мероприятия**

- чаепитие
- «Рождественские посиделки»
- танцевальный марафон «Бой-гел шоу»

## **10. Учебно-тематический план**

### **5-й год обучения**

<b>Модуль «Современная хореография»</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>

<b>II. Партерная гимнастика и акробатика</b>	<b>16</b>	-	<b>16</b>
2.1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	6	-	6
2.2. Основные элементы акробатики	6	1	5
2.3. Трюковые элементы	4	1	3
<b>III. Классический танец</b>	<b>21</b>	-	<b>21</b>
3.1. Упражнения у станка	9	1	8
3.2. Упражнения на середине зала	10	1	9
3.3. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
3.4. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>IV. Современный танец</b>	<b>31</b>	-	<b>20</b>
5.1 Уличный танец	8	-	8
5.2. Комбинации и постановки.	7		7
5.3. Современный танец	8	-	8
5.4. Комбинации и постановки.	8		8
<b>V. Творческая лаборатория</b>	<b>16</b>	-	<b>8</b>
6.1. Тело	2	1	1
6.2. Усилие	2	1	1
6.3. Форма	2	1	1
6.4. Пространство	2	1	1
6.5. Индивидуальные и групповые творческие работы	8	-	8
<b>VII. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	-	<b>108</b>

<b>Модуль «Народный танец»</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>
<b>II. Партерная гимнастика и акробатика</b>	<b>16</b>	-	<b>16</b>
2.1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	6	-	6
2.2. Основные элементы акробатики	6	1	5
2.3. Трюковые элементы	4	1	3
<b>III. Классический танец</b>	<b>21</b>	-	<b>21</b>
3.1. Упражнения у станка	9	1	8
3.2. Упражнения на середине зала	10	1	9
3.3. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
3.4. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>IV. Народный танец</b>	<b>22</b>	-	<b>22</b>
4.1. Упражнения у станка	9	1	8
4.2. Элементы народного танца на середине зала	4	-	4
4.3. Постановка номеров	7	1	6
4.4. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
4.5. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>V. Творческая лаборатория</b>	<b>16</b>	-	<b>8</b>
6.1. Тело	2	1	1

6.2. Усилие	2	1	1
6.3. Форма	2	1	1
6.4. Пространство	2	1	1
6.5. Индивидуальные и групповые творческие работы	8	-	8
<b>VI. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	-	<b>108</b>

## 11. Содержание образовательной программы 5-й год обучения по модулю «Современный танец»

### I. Вводное занятие

**Цель:** ознакомить детей с планом работы на 3-ем году обучения.

Ознакомить с новыми направлениями работы. Пробудить интерес к дальнейшим занятиям.

Практика:

Разминка. Работа в группах по заданию. Показ индивидуальных и групповых работ.

### II. Партерная гимнастика и акробатика

**ТЕМА.** Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Растяжка. Шпагаты.

**ТЕМА.** Основные элементы акробатики

Цель: Уметь выполнять основные элементы акробатики и простые трюки.

Теория: 1. Понятие «акробатика». 2. Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»

**ТЕМА.** Трюковые элементы.

Теория: Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.

Практика: Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.

### III. Классический танец

**ТЕМА.** Упражнения у станка

Теория: методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.

Практика: Переходы рук (порт де бра) Полуприседание (деми-плие) в I, II, V позициях

Полное приседание (гранд-плие в I, II, V позициях)

Выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю)

Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° (батман тандю жите)

Круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер)

Приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю)

Гранд батман жите (большой бросковый батман)

Лицом к станку: Реливе. Прыжки.(соте по I, II позициям). Растяжка.

**ТЕМА.** Упражнения на середине зала

Теория: методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

Практика: Переходы рук (порт де бра); деми-плие и гранд-плие в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за 1-е полугодие.

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за год

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за год.

### IV. Современный танец

**ТЕМА.** Уличный танец.

Практика: с начала проучиваем:

-основные раскачки (вперед, назад);

- раскачки с шагами;
- основные прыжки на двух и на одной ноге, с поворотами на 180 и 360 градусов;
- соединение движений ног с руками;
- простейшие партерные комбинации.
- изучение понятий kike, slaid.

Осваиваем комплекс разминки на середине:

- 1.Наклоны, повороты шеи
2. Разминка для плеч
3. Разминка верхней части туловища (смещения вправо, влево, вперёд, назад)
4. Разминка тазобедренного сустава (вращения, восьмёрки)
5. Разминка ног (вращения в коленях, приседания)

**ТЕМА.** Комбинации и постановки.

Отработка комбинаций, простые постановки.

**ТЕМА.** Современный танец

Практика: Раздел - изоляция. Изучаются следующие движения:

- голова: наклоны, повороты, круги, zundai;
- плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;
- грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;
- пельвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;
- руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.
- ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.

Упражнения для развития позвоночника. Здесь должны быть усвоены следующие положения:

- flat back вперед, в сторону, полукруги и круги торсом;
- contraction, release, high release.

Координация. Координация простейших движений рук и ног, свинговое раскачивание двух центров.

Уровни.

- основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа»;
- упражнения stretch-характера в различных положениях;
- упражнения на contraction и release в положении сидя;

Кросс. Перемещение в пространстве.

- шаги по квадрату.
- основные шаги афроданца.

-шаги с трамплиновым сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.

-прыжки: hop, jump

**ТЕМА.** Комбинации и постановки.

Комбинации. В этом разделе изучаются комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней, в джазовом и уличном танце

## VII. Творческая лаборатория

Цель: Изучить азы анализа движения Лабана.

**ТЕМА.** Тело.

Теория и Практика: Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.

**ТЕМА.** Усилие. Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.

**ТЕМА.** Форма.

Теория и Практика: Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.

**ТЕМА.** Пространство.

**Теория и Практика:** Насколько велика киносфера двигающегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует двигающееся тело.

**ТЕМА.** Индивидуальные и групповые творческие работы.

## **VII. Итоговое занятие за год.**

### **Содержание образовательной программы** **8-й год обучения по модулю «Народный танец»**

#### **I. Вводное занятие**

**Цель:** ознакомить детей с планом работы на 3-ем году обучения.

Ознакомить с новыми направлениями работы. Пробудить интерес к дальнейшим занятиям.

**Практика:**

Разминка. Работа в группах по заданию. Показ индивидуальных и групповых работ.

#### **II. Партерная гимнастика и акробатика**

**ТЕМА.** Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Растяжка. Шпагаты.

**ТЕМА.** Основные элементы акробатики

**Цель:** Уметь выполнять основные элементы акробатики и простые трюки.

**Теория:** 1. Понятие «акробатика». 2. Техника безопасности.

**Практика:** Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»

**ТЕМА.** Трюковые элементы.

**Теория:** Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.

**Практика:** Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.

#### **III. Классический танец**

**ТЕМА.** Упражнения у станка

**Теория:** методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.

**Практика:** Переходы рук (порт де бра) Полуприседание (деми-пле) в I, II, V позициях

Полное приседание (гранд-пле) в I, II, V позициях

Выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю)

Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° (батман тандю жите)

Круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер)

Приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю)

Гранд батман жите (большой бросковый батман)

Лицом к станку: Реливе. Прыжки.(соте по I, II позициям). Растяжка.

**ТЕМА.** Упражнения на середине зала

**Теория:** методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

**Практика:** Переходы рук (порт де бра); деми-пле и гранд-пле в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за 1-е полугодие.

**Практика:** Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за год

**Практика:** Контрольный урок по пройденному материалу за год.

#### **IV. Народный танец**

**ТЕМА.** Упражнения у станка

**Теория:** методика исполнения элементов народного танца.

**Практика:** полуприседания быстрые и медленные, по I и VI-й позициям, с подъёмом на полупальцы, с наклоном корпуса; перевод ноги с носка на пятку и обратно.

**ТЕМА.** Элементы народного танца на середине зала.

**Практика:** поклон в русском характере; пружинистое приседание с поворотом корпуса; «моталочка», «гармошечка», «ёлочка», «ковырялочка» с притопом и подскоком; «мячики», «присядка», «хлопушки» простые; тройной шаг; притопы в комбинации; «припадания»; шаг кадрили.

**ТЕМА.** Постановки номеров.

Теория: Знакомство с разными жанрами народного танца и их построением, с просмотром видеоматериалов и прослушиванием музыки; знакомство с элементами народного костюма.

Практика: Постановка несложных танцев с народной хореографией.

**ТЕМА.**

Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за год

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за год.

## V. Творческая лаборатория

Цель: Изучить азы анализа движения Лабана.

**ТЕМА.** Тело.

Теория и Практика: Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.

**ТЕМА.** Усилие. Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.

**ТЕМА.** Форма.

Теория и Практика: Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.

**ТЕМА.** Пространство.

Теория и Практика: Насколько велика киносфера двигающегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует двигающееся тело.

**ТЕМА.** Индивидуальные и групповые творческие работы.

## VI. Итоговое занятие за год.

## 12. Методическое обеспечение программы

Для реализации данной программы используются:

- видеоматериалы (записи открытых уроков, концертов и конкурсов по хореографии);
- сценарии воспитательных мероприятий;
- разработки занятий;
- перечень контрольных упражнений;
- наглядные пособия: стенды; памятки;
- тесты,
- литература по предмету.

### Учебная деятельность.

Содержание урока в целом зависит от решаемых задач, возрастных особенностей занимающихся и их подготовленности.

Основные принципы проведения занятий:

- сознательность и активность
- наглядность
- систематичность
- постепенность
- последовательность
- индивидуализация

Сознательность и активность. Воспитанники должны понимать цели и задачи хореографического образования, осознать значение тренировочной работы, упражнений.

Наглядность. Первой ступенью в практическом познании является живое созерцание. Обеспечение этой созерцательности и является условием реализации принципа наглядности. Наглядность обучения может создаваться лишь при одновременной использовании образного, наглядного и словесного описания движения. Объяснение техники движения, его терминологическое название и различные словесные указания направлены на создание двигательного представления об изучаемом движении. При плохом показе у занимающихся создается неверное

представление о движении, и оно заучивается с ошибками, которые могут закрепиться и перейти в навык.

Систематичность. Систематичность включает в себя режим занятий, который зависит от цели обучения. Систематичность занятий базируется на постепенном нарастании трудности.

Постепенность. Постепенность заключается в прогрессивном нарастании объема интенсивности нагрузок, в умножении техники выполненных движений.

Последовательность. Два правила последовательности: от освоенного к неосвоенному и от легкого к трудному.

Индивидуализация. Учет индивидуальных особенностей учащихся с целью наибольшего развития их способностей.

Урок состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Содержание урока в целом и отдельных его частей зависит от решаемых задач, возрастных особенностей занимающихся и их подготовленности.

Важное значение имеет правильный подбор упражнений, направленных на решение общих и частных задач в каждой части урока. В урок включаются разнообразные упражнения, оказывающие разностороннее воздействие на организм занимающихся. Это строевые и порядковые упражнения, общеразвивающие, разновидности ходьбы, пружинистые и волнообразные движения, специальные упражнения для овладения характером движений, танцевальные упражнения, акробатические и др. Многие упражнения используются одновременно в различных частях урока в зависимости от решаемых задач и методики разучивания.

Место для занятий и инвентарь подготавливаются заблаговременно. Комната просторная в ней находится несколько пролетов гимнастической стенки. Кроме того, гимнастический мат или ковер для выполнения упражнений.

С первых минут важно заинтересовать занимающихся, возбудить у них желание заниматься.

Перед началом занятий предварительно продумываются методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи.

На протяжении всего периода занятий и особенно на его начальных этапах очень важно следить за формированием правильной осанки. С этой целью включаются в уроки различные прогибания и выгибания позвоночника, пружинные движения, взмахи и др.

На уроках хореографии все занимаются одновременно, благодаря чему повышается плотность урока и физиологическая нагрузка на организм занимающихся. Поэтому упражнения строго дозируются. Сложные упражнения чередуются с легкими, дающими небольшую нагрузку, упражнения, требующие значительного напряжения, — с движениями на расслабление.

Большое внимание уделяется развитию специальных качеств: прыгучести, гибкости, ориентировки в пространстве, музыкальности, танцевальности, специальной координации. В уроке проводится много работы над эмоциональной окраской движений, над их выразительностью.

Преподаватель должен творчески разнообразить гимнастические упражнения путем изменения их окраски, динамики, амплитуды, придавая им определенный оттенок, разную форму.

Заканчивается урок упражнениями на расслабление, мягкими танцевальными движениями и дыхательными упражнениями.

В конце занятий 10—15 мин. отводится на выполнение специальных индивидуальных заданий.

Упражнения хореографии органически связаны с музыкой. На занятиях музыка служит методическим приемом, дополняющим словесное объяснение, помогающим создавать у занимающихся двигательные представления. Проведение урока только под счет преподавателя допускается лишь при разучивании новых сложных элементов художественной гимнастики. Исполнять упражнения в целом необходимо под соответствующие музыкальные отрывки.

Предварительно преподаватель подбирает музыкальный материал, необходимый для урока, и обуславливает с ним темп, динамику, характер и другие элементы музыкальной выразительности.

Приступая к обучению, преподаватель обязан позаботиться о том, чтобы занимающиеся прочно овладели необходимыми двигательными навыками и умениями. В каждом конкретном случае он определяет методы обучения в зависимости от содержания изучаемых движений, а также от подготовленности и способностей занимающихся.

Обучение движению обычно начинается с *наименования упражнения, показа и объяснения техники*. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысливания движений.

Каждое вновь показанное движение, зрительно воспринятое гимнасткой, оставляет следы в центральной нервной системе. Чем больше таких следов в коре головного мозга и чем больше двигательный опыт (т. е. чем у нее лучше развита координация), тем легче и быстрее у нее создается двигательное представление. В данном случае используется имеющийся двигательный опыт, особенно когда в старом и новом движении имеются сходные части.

Объяснение техники движения, его терминологическое название и различные словесные указания направлены на создание двигательного представления об изучаемом движении.

При плохом показе у занимающихся создается неверное представление о движении и оно заучивается с ошибками, которые могут закрепиться и перейти в навык. Показывает движения преподаватель или подготовленный демонстратор из состава учащихся.

Для создания зрительного образа изучаемого движения можно успешно использовать кинограммы, кино-кольцовки, фотографии и другие наглядные пособия.

Объяснение техники должно быть лаконичным, целенаправленным. Вначале некоторые второстепенные детали и тонкости движения опускаются.

Первый раз движение показывается с полной амплитудой, с соблюдением всех требований, предъявляемых к его характеру и форме. Это надо делать для того, чтобы занимающиеся знали, каков идеал, к которому они должны стремиться. Далее, при объяснении техники, можно демонстрировать отдельные части движения с меньшей амплитудой или в замедленном темпе, сосредоточивая внимание занимающихся на важных деталях.

После образцового показа и объяснения техники исполнения занимающиеся *осмысливают задание и пробуют его выполнить*.

Осмысливание зрительно воспринятого образа движения в основном направлено на воссоздание правильной его формы во время опробования.

Обычно занимающиеся начинают опробование осторожно, как бы «на ощупь», в замедленном темпе, с явно уменьшенной амплитудой.

Самостоятельное опробование осмысленного движения в уроке проводится без музыки. Преподаватель в это время делает дополнительные разъяснения, поправляет неверно понявшим задание.

После самостоятельного осмысливания и опробования *движение выполняется под музыку*.

Занимающиеся поочередно, самостоятельно вступают под музыку и выполняют заданное движение 4 раза; при трехчетвертном размере музыкального произведения на это потребуется фраза в 8 или 16 тактов. При такой форме проведения упражнений преподаватель сможет проследить за каждой занимающейся и сделать необходимые указания в процессе исполнения.

Затем преподаватель делает общие указания о допущенных ошибках, используя наглядные пособия. Далее следуют вторичный образцовый показ и объяснение, продолжается детализация двигательного образа изучаемого движения путем осмысливания его деталей и тонкостей с целью точного воспроизведения.

После этого дается время на *самостоятельное опробование движения с учетом полученных замечаний* и продуманного двигательного образа. Все занимающиеся подразделяются попарно. Каждая пара занимается самостоятельно в одной из частей зала.

В заключение дается 3-4 мин. на завершающее поточное исполнение изучаемого движения под музыку.

С целью эффективного использования положительного переноса двигательного навыка в процессе обучения движения надо подбирать в такой последовательности, чтобы вырабо-

танные ранее двигательные условные рефлексы стали составными частями нового динамического стереотипа.

Положительный перенос навыка обеспечивается с помощью подводящих упражнений, составляющих основу структуры изучаемого навыка, а также движений с одинаковыми или сходными ведущими звенями.

Быстрому и точному образованию динамического стереотипа двигательного навыка способствуют методы обучения, соответствующие индивидуальным способностям занимающихся.

Необходимо давать занимающимся индивидуальные задания на дом для развития недостаточно подготовленных двигательных качеств (силы, гибкости, быстроты и т. д.).

Приемы, которые применяю при индивидуальной работе:

1. Во время исполнения движений встаю рядом и своим показом помогаю ученику;
2. Тихонько отзываю ученика в сторону и предлагаю посмотреть, как делают другие;
3. Подбадриваю по ходу движения, отмечая малейшие успехи;
4. Оказываю помощь ученику действием, например, держу за руки, поправляя кисти, помогаю приподнять ногу, ниже согнуться;
5. Ставлю отстающего в пару с хорошо успевающим.

После освоения того или иного танца, привлекаю учеников к анализу деятельности товарищей и к самоанализу.

### **Воспитывающая деятельность**

Успешное развитие общества подразумевает аспект формирования чувства высокой гражданской позиции личности, совершенствования уровня культуры производства и управления им. Общественная жизнь человека характеризуется его прогрессивными экономическими, политическими и нравственными позициями и рассматривается при этом как нечто необходимое. Эстетическое воспитание добавляет в этот перечень ещё и эстетические ценности, что даёт возможность формирования целостного эмоционально-рационального отношения человека к окружающей его действительности, служит условием формирования творческой личности. Успешное развитие общества зависит от творческой активности людей. Одним из эффективных средств формирования творческой личности является вовлечение ребёнка в творческую хореографическую деятельность.

Оптимальным вариантом реализации эстетического воспитания является художественно-творческая, в том числе и хореографическая, деятельность. Хореография, веками испытанное средство воспитания и формирования нравственно-эстетической позиции детей, имеет для этого всё необходимое: силу эмоционального воздействия и соответственно, внушения и убеждения; а так же обладает уникальной возможностью корректировать личность. Хореографическое искусство, являясь социальным феноменом, выполняет функцию не только биологического и социального развития личности, но и функцию духовно-нравственного развития личности; способствуя, таким образом, формированию и развитию основ личностной культуры. Эстетическое воспитание с помощью выразительных средств хореографического искусства выступает как одно из важнейших средств преобразования нравственных установок в образ чувствования жизни и стиль поведения.

Другим аспектом важности формирования эстетической культуры личности ребёнка средствами хореографического искусства является способность личности успешно преодолевать некоторые негативные последствия научно-технического прогресса и не всегда контролируемого мощного информационного потока. Творческая позиция обеспечивает человеку устойчивость его существования, ибо дает возможность адекватно и своевременно реагировать на все новые ситуации постоянно меняющегося мира.

Творческая личность, ориентированная на эстетические ценности, имеющая высокую гражданскую позицию способна не только успешно участвовать в жизни общества, но и воздействовать на окружающую действительность, преображая её, улучшая тем самым жизнь этого общества и весь мир в целом.

Педагогический процесс обучения и тренировки должен быть воспитывающим, т. е. сочетать

во взаимосвязи образовательные задачи с воспитательными.

Воспитывающая работа в объединении ведется с целью формирования в объединении отношений товарищества и взаимовыручки на основе развития интереса у учащихся друг к другу, к делам и проблемам своего коллектива, а также Центра детского творчества, формирование привычки ведения здорового образа жизни.

Воспитательная работа проводится как в групповой, так и индивидуальной форме, так как к каждому воспитаннику необходим свой определенный подход.

В процессе воспитательной деятельности используются следующие методы:

- игры: на знакомство, на сплочение коллектива;
- участие в досуговых мероприятиях;
- беседы.

### **Организация воспитывающей деятельности**

№	Направление	Виды деятельности	Срок
1.	Общественная деятельность	Собрание коллектива. Выборы старосты.  Коллективное планирование работы на следующий учебный год. Участие в деятельности волонтёрского движения	Сентябрь  Май  По мере необходимости
2.	Познавательная деятельность	Просмотр видеозаписей выступлений профессиональных танцевальных коллективов	В течение года
3.	Оздоровительная деятельность	Участие коллектива в досуговых мероприятиях структурного подразделения Беседы о здоровом образе жизни и безопасности пешехода. Экскурсии на природу	В течение года по плану структурного подразделения Октябрь, апрель

### **Развивающая деятельность**

Для решения развивающих задач во время проведения обучения предусматриваются специальные развивающие занятия, необходимые для развития чувства ритма, творческого воображения, внимания, образного мышления.

Развивающая деятельность включает коллективную и индивидуальную работу с воспитанниками, которая реализуется через постановочную, репетиционную деятельность и творческие занятия.

В данной деятельности используются следующие методы:

- метод наблюдения (просмотр видеозаписей выступлений профессиональных танцевальных коллективов);
- метод анализа (анализ выступлений);
- игры на развитие пластической, музыкальной и сценической выразительности.

### **Формы, методы, педагогические технологии, обеспечивающие реализацию программы**

Для реализации задач программы, при целенаправленном педагогическом воздействии на сознание и поведение воспитанников объединения, используются следующие формы и методы:

- наблюдение (обращение внимания детей на природу: как кружатся осенние листочки или снежинки; на повадки различных зверей; на то, как ведут себя люди в каких-то определённых ситуациях и т.д.);
- беседа (рассказ детям о музыке, об истории и характере какого-то определённого танца, обсуждение с воспитанниками настроения и характера музыкального произведения, характера какого-то определённого персонажа: кто он, как он выглядит, как он двигается, он добрый или

злой, грустный или весёлый, о чём он думает, что он делает и т.п.; внешности и поведения человека: как он должен выглядеть и как себя вести, чтобы выглядеть красиво, какого человека мы называем добрым, а какого человека злым; как выглядит радостный человек, а как сердитый и т.п.; побуждение детей к диалогу, чтобы они в ходе беседы могли высказать своё мнение.)

- убеждение (направлено на развитие эстетического восприятия, оценки, первоначальных проявлений эстетического вкуса);

- показ (объяснение, анализ, пример взрослого);

- упражнение в практических действиях (слушание музыки, исполнение музыкально-ритмичных движений, танцевальных элементов; пластическая выразительность, позы, мимика и т.д.);

- проблемная ситуация (побуждение ребёнка к самостоятельным действиям, поиску пути решения проблемы; развитие творческого мышления);

- побуждение к сопереживанию (вызов эмоциональной отзывчивости, чувства восхищения «Прекрасным»);

- проектная деятельность (вовлечение ребёнка в активную творческую деятельность);

- диагностика (отслеживание формирования и уровня развития творческой и эстетической культуры личности ребёнка).

Одним из основных средств формирования эстетической культуры личности ребёнка в процессе хореографической деятельности является эстетически оформленная и организованная среда, которая включает в себя:

- создание радостной атмосферы общения ребёнка с искусством хореографии;

- создание условий для погружения ребёнка в мир художественных хореографических образов;

- ознакомление ребёнка исключительно с лучшими образцами музыкального, хореографического, изобразительного, литературного и других видов творчества (истинными произведениями искусства) и в определённой последовательности: от общего к частному и снова к общему, что даёт ребёнку возможность увидеть целое в художественном произведении ранее частей, его составляющих и способствует выразительности, силе и новизне эстетического восприятия;

- вызов у ребёнка чувства творческого сопереживания художественному образу, побуждая ребёнка высказывать свои мысли, суждения, предположения, мысленно переносясь в мир данного художественного образа, принимая на себя ту или иную роль (в этом случае можно с уверенностью сказать, что эстетическое восприятие художественного образа состоялось);

- эмоциональный контакт между педагогом-хореографом и воспитанниками;

- создание особой эмоциональной атмосферы увлечённости, которая достигается с помощью живого слова педагога-хореографа и его диалогов с воспитанниками, поэтического текста (на занятиях часто музыкально-ритмичные движения выполняются одновременно с озвучением стихотворного текста, имеющего тот же ритмический рисунок, что и движение); музыкального произведения, зрительных образов, танцевальных элементов, элементов сценического костюма и игровых моментов и т.д. В таком случае процесс восприятия приобретает форму «в единстве мысли и чувства»;

- привлечение внимания воспитанников к окружающей их красоте (в самых разных её проявлениях);

- требование речевой культуры педагога-хореографа, которая должна быть литературной, эмоционально окрашенной и богатой эпитетами;

- требование к помещению, в котором проходят хореографические занятия: оно должно быть просторным, светлым, чистым, без лишних предметов внутреннего убранства, т.е. соответствовать эстетическим требованиям;

- требование к форме одежды, в которой воспитанники постигают искусство танца (в объединении уже сложилась традиция иметь белоснежную форму одежды: белые купальник и юбочка у девочек, и белая футболочка и чёрные шорты у мальчиков). Форма способствует эмоциальному настрою детей к хореографической деятельности;

- танцевальные композиции для детей, которые вводят ребёнка в мир Добра и Красоты и

соответствуют самим высоким эстетическим требованиям, воспитывающие нравственные качества, эстетическую культуру личности ребёнка.

Таким образом, создание на хореографических занятиях эстетической среды для воспитания эстетической культуры личности ребёнка – это создание мира Радости, Добра, Красоты и Творчества.

В программе используются следующие технологии:

- коммуникативные
- игровые
- здоровые сберегающие

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.**

### **Методика разучивания танцевальных элементов и танцев**

На уроке ритмики определенное время отводится на разучивание того или иного танцевального элемента или на его повторение. Если это элементы русского народного танца, то подбираю разнообразные русские народные плясовые мелодии. Народные танцы отличаются неповторимостью и своеобразием движений, так как каждый народ имеет в танце свою «поступь и осанку».

Чтобы заинтересовать учащихся новым танцем, необходимо дать его общую характеристику, отметить особенности. Провожу беседу об особенностях фольклорного творчества данного народа, смотрим иллюстрации, знакомящие с костюмами, по возможности знакомлю с видеоматериалом. Большое внимание уделяю слушанию и разбору музыки танца. Музыкальное сопровождение к танцу должно быть ярким, эмоциональным, выразительным.

Для достижения эффективности обучения необходима серьезная подготовительная работа. Надо предварительно проработать все танцевальные элементы, составляющие основу данного танца. Разучиваем сначала в более медленном темпе, обращая внимание на отдельные технические трудности, исполнительские нюансы.

Первостепенную роль играет правильный, отчетливый, выразительный показ движений педагогом. Важно, чтобы дети вникли в авторский замысел составителя данного танца, уловив все особенности танцевальных движений. Полезным оказывается показ учеников, грамотно и выразительно танцующих.

Разучив отдельные танцевальные элементы, составляющие основу данного танца, можно соединять их в небольшие танцевальные комбинации, а затем уже работать последовательно над фигурами танца, которые войдут в дальнейшем в единую танцевальную композицию.

Если танец сразу разучивается целиком, а не поэтапно, то дети чувствуют себя неуверенно, часто ошибаются и все это снижает интерес к танцу, процесс обучения удлиняется, становится малоэффективным. Дети быстро устают от многократного повторения всего танца, танцуют вяло, неэмоционально. Без овладения техникой движения невозможно добиться его выразительности.

Стараюсь заранее анализировать, какие ошибки могут встретиться у учащихся при овладении тем или иным движением, нахожу слова для объяснения отдельных деталей, продумываю образные сравнения. Свой показ движений сопровождаю словесными пояснениями, указаниями.

При заучивании танцевальных элементов учащиеся могут стоять в свободном расположении, в шахматном порядке, по линиям, в полукруге или в кругу. При этом все хорошо видят мой показ, а мне легче контролировать качество движений своих учеников. Работая со всей группой, наблюдаю за учащимися в процессе занятия, отмечаю их успехи, помогаю преодолевать недостатки. С отстающими работаю дополнительно. Наиболее способных, чаще всего привлекаю к показу, использую в сольных танцах.

### **Права и обязанности участников педагогического взаимодействия.**

#### **Воспитанники объединения «Мечта» обязаны:**

Приходить на занятия без опоздания.

Являться на занятия в специальной форме.  
Выполнять домашние задания.  
Не пропускать занятия без уважительной причины

**Родители воспитанников должны:**

Обеспечивать хорошую посещаемость занятий.  
Следить за выполнением домашних заданий.

Посещать родительские собрания, открытые занятия, другие мероприятия.  
Предупреждать педагога, если ребёнок по какой-либо причине не приходит на занятие.

**Внеклассическая деятельность и массовые дела объединения «Мечта»**

Коллектив принимает участие во всех мероприятиях проводимых в Б-Черниговской СОШ, в РДК «Радуга».

Январь - «Старый Новый год», «Татьянин день».

Февраль – «День влюблённых», «День Защитника Отечества».

Март – «Международный женский день».

Май – Праздник, посвящённый «9 Мая».

Июнь – «День защиты детей», «День России».

Август – «День Российского флага».

Воспитанники принимают также участие в традиционных районных и областных конкурсах хореографического искусства. «Зимняя сказка», «Святые символы России», «Отчётный концерт СП «Центр детского творчества».

**Работа с родителями**

Работа с родителями должна вестись регулярно. Среди них проводится анкетирование. Проводятся родительские собрания несколько раз в год. Раз в год организуется «День открытых дверей» с целью показать родителям, чего добились дети за год. Для них также проводятся открытые уроки. Обязательны индивидуальные беседы с родителями по возникшим проблемам. Приглашение родителей на концерты и выступления коллектива, а также на родительские собрания, где ведётся просветительская работа.

**13. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

**Список литературы для педагога**

1. Барышникова, Г.А. Азбука хореографии. - М.: РОЛЬФ 2001.
2. «Ритмика и танец» Программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств.- Москва, 1980.
3. «Народно - сценический танец» Программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- Москва, 1983.
4. Власенко, Г.Я. Первая энциклопедия музыки. Танцы народов Поволжья г. Самара.- М.: Маха, 1999.
5. Диниц, Е.В. Джазовые танцы. Киев: Сталкер, 2002.
6. Мавромати, Д.Г. Упражнения художественной гимнастики. - М.: Физкультура и спорт, 1972.
7. Театр - студия «Да» « Я вхожу в мир искусств». М., 1997.
8. «Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей» Центр внешкольной работы Железнодорожного района г. Самары/ Самара, 2002 .
9. Потуданская О.В. Образные программы по эстетическому воспитанию детей. «Программа школы-студии эстрадного танца «Саманта». Новочеркасск. Ростовская область.
10. Каминская Н.В. Сюжетные танцы. М.: Искусство, 1970 .
11. Бордовская Н.В., Реан А.А. Педагогика: Учеб. для вузов. - Сб. Питер, 2000.
12. Харламов И.Ф. Педагогика: Учеб. Мн.: Университетское, 2000. МарТ, 2000.

Нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

3. Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р)

4. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (рассматривается только как методические рекомендации)

#### **Список литературы для воспитанников**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996.
2. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2005.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Просвещение, 1980.
4. Захаров В.М. Радуга русского танца. – М.: Вита, 1986
5. Константина Л.Э. Сюжетно-ролевые игры для дошкольников. – СПб: Просвещение, 1994.
6. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2003.
7. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2006.
8. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Варгус, 1982.
9. Фирилева Ж. Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-данс»: Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: «Детство - пресс», 2000.
10. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. – М.: Просвещение, 1984.

#### **Литература для родителей воспитанников:**

1. Галигузова Л. Застенчивый ребенок//Дошкольное воспитание. – 2000., № 4.
2. Лукан С. Поверь в свое дитя. – М.: Эллис Лак, 1993.
3. Цуконфт-Хубер Бю. Гимнастика для малышей.- М.: АСТ, 2006.

#### **Приложение №1**

#### **Календарно-тематический план 1-й год обучения**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Вводное занятие. Инструктаж.	1
2.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
3.	Разминка. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.	1
4.	Ритмические упражнения. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.	1
5.	Ритмические упражнения. Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.	1
6.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
7.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки. Разминка.	1
8.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1

	Разминка.	
9.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Разминка.	1
10.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Разминка.	1
11.	Ритмические упражнения. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
12.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
13.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Танцевальные композиции.	1
14.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Танцевальные композиции.	1
15.	Разминка. Танцевальные композиции.	1
16.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Танцевальные композиции.	1
17.	Танцевальные композиции.	1
18.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
19.	Ритмические упражнения. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
20.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
21.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
22.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
23.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Разминка.	1
24.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
25.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Разминка.	1
26.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
27.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
28.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	11
29.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
30.	Ритмические упражнения. Разминка.	11
31.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
32.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1

33.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
34.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Разминка.	1
35.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
36.	Воспитательное мероприятие	1
37.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Танцевальные композиции.	1
38.	Разминка. Танцевальные композиции.	1
39.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
40.	Разминка. Танцевальные композиции.	1
41.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Танцевальные композиции.	1
42.	Танцевальные композиции.	1
43.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Разминка.	1
44.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Разминка.	1
45.	Ритмические упражнения. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
46.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
47.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
48.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Разминка.	1
49.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
50.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
51.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки	1
52.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
53.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
54.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
55.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
56.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
57.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
58.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве.	1

	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	
59.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
60.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
61.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
62.	Ритмические упражнения. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
63.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
64.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
65.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
66.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
67.	Ритмические упражнения. Танцевальные композиции.	1
68.	Разминка. Танцевальные композиции.	11
69.	Воспитательное мероприятие.	1
70.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки. Танцевальные композиции.	1
71.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки. Танцевальные композиции.	1
72.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
73.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
74.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки	1
75.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
76.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
77.	Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
78.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
79.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
80.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Разминка.	1
81.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
82.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1

83.	Коллективно порядковые упражнения, игры на развитие ориентации в пространстве. Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки.	1
84.	Ритмические упражнения. Разминка.	11
85.	Ритмические упражнения. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
86.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
87.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
88.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
89.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
90.	Ритмические упражнения. Танцевальные композиции.  Разминка. Танцевальные композиции.	1
91.	Воспитательное мероприятие.	1
92.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки. Танцевальные композиции.	1
93.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки. Танцевальные композиции.	1
94.	Ритмические упражнения. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
95.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
96.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
97.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
98.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
99.	Ритмические упражнения. Танцевальные композиции.	1
100.	Разминка. Танцевальные композиции.	1
101.	Воспитательное мероприятие.	1
102.	Музыкальные задания и игры на восприятие характера музыки и передачу его через движения. Связь упражнений и регистром звучания музыки. Танцевальные композиции.	1
103.	Ритмические упражнения. Разминка.	1
104.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
105.	Методика постановки позиций ног, рук на середине зала. Кроссовые движения: танцевальный бег, подскоки, шоссе.	1
106.	Ритмические упражнения. Разминка.	1

107.	Ритмические упражнения. Танцевальные композиции.	1
108.	Итоговый концерт	1
	Итого	<b>108</b>

### **Календарно-тематический план**

#### **2-й год обучения**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении. Кроссовые движения.	2
2.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении. Кроссовые движения.	2
3.	Игровой танец. Пластическая выразительность рук.	2
4.	Дыхательные упражнения. Кроссовые движения.	2
5.	Дыхательные упражнения. Кроссовые движения.	2
6.	Дыхательные упражнения. Игровой танец.	2
7.	Пластическая выразительность рук. Танцевальная импровизация.	2
8.	Дыхательные упражнения. Кроссовые движения.	2
9.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Пластическая выразительность рук.	2
10.	Воспитательное мероприятие	2
11.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Кроссовые движения.	2
12.	Танцевальная импровизация. Постановочная работа.	2
13.	Дыхательные упражнения. Постановочная работа	2
14.	Дыхательные упражнения. Постановочная работа	2
15.	Пластическая выразительность рук. Постановочная работа.	2
16.	Постановочная работа.	2
17.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2
18.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Танцевальная импровизация.	2
19.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2
20.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Танцевальная импровизация.	2
21.	Дыхательные упражнения. Кроссовые движения.	2
22.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении. Танцевальная импровизация.	2
23.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2

24.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Пластическая выразительность рук.	2
25.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Игровой танец.	2
26.	Кроссовые движения. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2
27.	Дыхательные упражнения. Игровой танец.	2
28.	Кроссовые движения. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2
29.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Пластическая выразительность рук.	2
30.	Зачетное занятие.	2
31.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Постановочная работа.	2
32.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Постановочная работа.	2
33.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Постановочная работа.	2
34.	Воспитательное мероприятие.	2
35.	Пластическая выразительность рук. Танцевальная импровизация.	2
36.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении. Игровой танец.	2
37.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении. Игровой танец.	2
38.	Пластическая выразительность рук. Кроссовые движения.	2
39.	Игровой танец. Танцевальная импровизация.	2
40.	Танцевальная импровизация. Кроссовые движения.	2
41.	Игровой танец.	2
42.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении. Кроссовые движения.	2
43.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Танцевальная импровизация.	2
44.	Постановочная работа.	2
45.	Танцевальная импровизация. Постановочная работа.	2
46.	Дыхательные упражнения. Постановочная работа.	2
47.	Дыхательные упражнения. Постановочная работа.	2
48.	Игровой танец. Постановочная работа.	2
49.	Постановочная работа.	2
50.	Танцевальная импровизация. Игровой танец.	2
51.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Пластическая выразительность рук.	2
52.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца.	2

	Пластика выразительность рук.	
53.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении. Игровой танец.	2
54.	Танцевальная импровизация. Кроссовые движения.	2
55.	Дыхательные упражнения. Игровой танец.	2
56.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2
57.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Пластика выразительность рук.	2
58.	Танцевальная импровизация. Игровой танец.	2
59.	Кроссовые движения. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2
60.	Игровой танец.	2
61.	Кроссовые движения. Танцевальная импровизация.	2
62.	Дыхательные упражнения. Игровой танец.	2
63.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2
64.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Танцевальная импровизация.	2
65.	Кроссовые движения. Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	2
66.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца. Пластика выразительность рук.	2
67.	Игровой танец. Дыхательные упражнения.	2
68.	Зачетное занятие.	2
69.	Воспитательное мероприятие.	2
70.	Танцевальная импровизация. Постановочная работа.	2
71.	Танцевальная импровизация. Постановочная работа.	2
72.	Игровой танец. Постановочная работа.	2
	<b>Итого</b>	<b>144</b>

**Календарно-тематический план  
3-й год обучения**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Беседы о хореографическом искусстве. Танцевальная импровизация.	2
2.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
3.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
4.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
5.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2

6.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
7.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2
8.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
9.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
10.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
11.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
12.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
13.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2
14.	Танцы в современных ритмах.	2
15.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
16.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
17.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
18.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
19.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
20.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
21.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
22.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2
23.	Танцы в современных ритмах.	2
24.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
25.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2
26.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
27.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
28.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2

29.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
30.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актерское мастерство.	2
31.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
32.	Танцы в современных ритмах.	2
33.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
34.	Зачетное занятие.	2
35.	Беседы о хореографическом искусстве. Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
36.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
37.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актерское мастерство.	2
38.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2
39.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
40.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
41.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2
42.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
43.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
44.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
45.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
46.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
47.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2
48.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
49.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
50.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
51.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
52.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актерское мастерство.	2
53.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2

54.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
55.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актерское мастерство.	2
56.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
57.	Танцы в современных ритмах. Актерское мастерство.	2
58.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
59.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
60.	Танцы в современных ритмах. Актерское мастерство.	2
61.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
62.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
63.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
64.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
65.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
66.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
67.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
68.	Зачетное занятие.	2
69.	Беседы о хореографическом искусстве. Постановочная работа.	2
70.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
71.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
72.	Постановочная работа.	2
73.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
74.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актерское мастерство.	2
75.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
76.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
77.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актерское мастерство.	2
78.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2

79.	Танцы в современных ритмах. Актерское мастерство.	2
80.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
81.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
82.	Танцы в современных ритмах. Актерское мастерство.	2
83.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
84.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
85.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
86.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
87.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
88.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
89.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
90.	Зачетное занятие.	2
91.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актерское мастерство.	2
92.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
93.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
94.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актерское мастерство.	2
95.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
96.	Танцы в современных ритмах. Актерское мастерство.	2
97.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
98.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
99.	Танцы в современных ритмах. Актерское мастерство.	2
100.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
101.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
102.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
103.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2

104.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
105.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
106.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
107.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
108.	Концерт	2
	<b>Итого</b>	<b>216</b>

### **Календарно-тематический план**

#### **4-й год обучения**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Беседы о хореографическом искусстве. Танцевальная импровизация.	2
2.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
3.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
4.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
5.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
6.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
7.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
8.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
9.	Постановочная работа.	2
10.	Воспитательное мероприятие.	2
11.	Танцы в современных ритмах.	2
12.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
13.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актерское мастерство.	2
14.	Танцы в современных ритмах. Актерское мастерство.	2
15.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
16.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
17.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
18.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2

19.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
20.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
21.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
22.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
23.	Постановочная работа.	2
24.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
25.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
26.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
27.	Танцы в современных ритмах.	2
28.	Танцевальные элементы историко-бытового танца.	2
29.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
30.	Зачетное мероприятие.	2
31.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
32.	Танцы в современных ритмах. Актёрское мастерство.	2
33.	Воспитательное мероприятие.	2
34.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
35.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
36.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
37.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
38.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актёрское мастерство.	2
39.	Танцы в современных ритмах. Актёрское мастерство.	2
40.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
41.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
42.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
43.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
44.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
45.	Танцевальные элементы историко-бытового танца.	2
46.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
47.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2

	Постановочная работа.	
48.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
49.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
50.	Постановочная работа.	2
51.	Танцы в современных ритмах.	2
52.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
53.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актёрское мастерство.	2
54.	Танцевальные элементы историко-бытового танца.	2
55.	Танцы в современных ритмах. Актёрское мастерство.	2
56.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актёрское мастерство.	2
57.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актёрское мастерство.	2
58.	Танцевальные элементы историко-бытового танца.	2
59.	Танцы в современных ритмах.	2
60.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
61.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
62.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
63.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
64.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
65.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
66.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
67.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актёрское мастерство.	2
68.	Танцы в современных ритмах.	2
69.	Зачетное занятие.	2
70.	Воспитательное мероприятие.	2
71.	Беседы о хореографическом искусстве. Постановочная работа.	2
72.	Постановочная работа.	2
73.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
74.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
75.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
76.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2

77.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актёрское мастерство.	2
78.	Танцы в современных ритмах. Актёрское мастерство.	2
79.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
80.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
81.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
82.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
83.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
84.	Танцевальные элементы историко-бытового танца.	2
85.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
86.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
87.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
88.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
89.	Постановочная работа.	2
90.	Танцы в современных ритмах.	2
91.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
92.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актёрское мастерство.	2
93.	Танцевальные элементы историко-бытового танца.	2
94.	Танцы в современных ритмах. Актёрское мастерство.	2
95.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Актёрское мастерство.	2
96.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актёрское мастерство.	2
97.	Танцевальные элементы историко-бытового танца.	2
98.	Танцы в современных ритмах.	2
99.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
100.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
101.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
102.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
103.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
104.	Танцы в современных ритмах.	2

	Постановочная работа.	
105.	Танцевальные элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
106.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Актёрское мастерство.	2
107.	Танцы в современных ритмах.	2
108.	Концерт	2
	<b>Итого</b>	<b>216</b>

**Календарно-тематический план  
5-й год обучения**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Беседы о хореографическом искусстве.	2
2.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
3.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
4.	Танцы в современных ритмах.	2
5.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
6.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
7.	Танцы в современных ритмах.	2
8.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
9.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
10.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
11.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
12.	Постановочная работа.	2
13.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
14.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
15.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
16.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
17.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
18.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
19.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
20.	Танцы в современных ритмах.	2
21.	Элементы историко-бытового танца.	2
22.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца Постановочная работа.	2

23.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
24.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
25.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
26.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
27.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
28.	Постановочная работа.	2
29.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве.	2
30.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
31.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
32.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
33.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве	2
34.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве	2
35.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
36.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
37.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
38.	Элементы историко-бытового танца.	2
39.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
40.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
41.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
42.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
43.	Постановочная работа.	2
44.	Постановочная работа.	2
45.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
46.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
47.	Танцы в современных ритмах.	2
48.	Элементы историко-бытового танца.	2
49.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2

50.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
51.	Зачетное занятие.	2
52.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
53.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
54.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
55.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
56.	Танцы в современных ритмах.	2
57.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
58.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
59.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
60.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве.	2
61.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
62.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
63.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
64.	Танцы в современных ритмах.	2
65.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
66.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
67.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
68.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
69.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
70.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа	2
71.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
72.	Танцы в современных ритмах.	2
73.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
74.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
75.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
76.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве.	2
77.	Элементы историко-бытового танца.	2

	Беседы о хореографическом искусстве	
78.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
79.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
80.	Танцы в современных ритмах.	2
81.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
82.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
83.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
84.	Танцы в современных ритмах.	2
85.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
86.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
87.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
88.	Танцы в современных ритмах.	2
89.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
90.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
91.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
92.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
93.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
94.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
95.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
96.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
97.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
98.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
99.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
100.	Танцы в современных ритмах.	2
101.	Элементы историко-бытового танца.	2
102.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
103.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2

104.	Зачетное занятие.	2
105.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
106.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
107.	Постановочная работа.	2
108.	Постановочная работа.	2
	<b>Итого</b>	<b>216</b>

**Календарно-тематический план  
6-й год обучения**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Беседы о хореографическом искусстве.	2
2.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
3.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
4.	Танцы в современных ритмах.	2
5.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
6.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
7.	Танцы в современных ритмах.	2
8.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
9.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
10.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
11.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
12.	Постановочная работа.	2
13.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
14.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
15.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
16.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
17.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
18.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
19.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
20.	Танцы в современных ритмах.	2
21.	Элементы историко-бытового танца.	2

22.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца Постановочная работа.	2
23.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
24.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
25.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
26.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
27.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
28.	Постановочная работа.	2
29.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве.	2
30.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
31.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
32.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
33.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве	2
34.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве	2
35.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
36.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
37.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
38.	Элементы историко-бытового танца.	2
39.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
40.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
41.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
42.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
43.	Постановочная работа.	2
44.	Постановочная работа.	2
45.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
46.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
47.	Танцы в современных ритмах.	2
48.	Элементы историко-бытового танца.	2

49.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
50.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
51.	Зачетное занятие.	2
52.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
53.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
54.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
55.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
56.	Танцы в современных ритмах.	2
57.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
58.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
59.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
60.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве.	2
61.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
62.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
63.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
64.	Танцы в современных ритмах.	2
65.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
66.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
67.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
68.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
69.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
70.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа	2
71.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
72.	Танцы в современных ритмах.	2
73.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
74.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
75.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
76.	Танцы в современных ритмах.	2

	Беседы о хореографическом искусстве.	
77.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве	2
78.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
79.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
80.	Танцы в современных ритмах.	2
81.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
82.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
83.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
84.	Танцы в современных ритмах.	2
85.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
86.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
87.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
88.	Танцы в современных ритмах.	2
89.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
90.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
91.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
92.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
93.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
94.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
95.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
96.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
97.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
98.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
99.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
100.	Танцы в современных ритмах.	2
101.	Элементы историко-бытового танца.	2
102.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2

103.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
104.	Зачетное занятие.	2
105.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
106.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
107.	Постановочная работа.	2
108.	Итоговое занятие.	2
<b>Итого</b>		<b>216</b>

**Календарно-тематический план  
7-й год обучения**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Беседы о хореографическом искусстве.	2
2.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
3.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
4.	Танцы в современных ритмах.	2
5.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
6.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
7.	Танцы в современных ритмах.	2
8.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
9.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
10.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
11.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
12.	Постановочная работа.	2
13.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
14.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
15.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
16.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
17.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
18.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
19.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
20.	Танцы в современных ритмах.	2

21.	Элементы историко-бытового танца.	2
22.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца Постановочная работа.	2
23.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
24.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
25.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
26.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
27.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
28.	Постановочная работа.	2
29.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве.	2
30.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
31.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
32.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
33.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве	2
34.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве	2
35.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
36.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
37.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
38.	Элементы историко-бытового танца.	2
39.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
40.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
41.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
42.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
43.	Постановочная работа.	2
44.	Постановочная работа.	2
45.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
46.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
47.	Танцы в современных ритмах.	2

48.	Элементы историко-бытового танца.	2
49.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
50.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
51.	Зачетное занятие.	2
52.	Танцы в современных ритмах. Танцевальная импровизация.	2
53.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
54.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
55.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
56.	Танцы в современных ритмах.	2
57.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
58.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
59.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
60.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве.	2
61.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
62.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
63.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
64.	Танцы в современных ритмах.	2
65.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
66.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
67.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
68.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
69.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
70.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа	2
71.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
72.	Танцы в современных ритмах.	2
73.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
74.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
75.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2

76.	Танцы в современных ритмах. Беседы о хореографическом искусстве.	2
77.	Элементы историко-бытового танца. Беседы о хореографическом искусстве	2
78.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
79.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
80.	Танцы в современных ритмах.	2
81.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
82.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
83.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
84.	Танцы в современных ритмах.	2
85.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
86.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца.	2
87.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
88.	Танцы в современных ритмах.	2
89.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
90.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
91.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Беседы о хореографическом искусстве.	2
92.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
93.	Элементы историко-бытового танца. Постановочная работа.	2
94.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
95.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
96.	Танцы в современных ритмах. Постановочная работа.	2
97.	Элементы историко-бытового танца. Танцевальная импровизация.	2
98.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Танцевальная импровизация.	2
99.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Танцевальная импровизация.	2
100.	Танцы в современных ритмах.	2
101.	Элементы историко-бытового танца.	2
102.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического	2

	танца.	
103.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца.	2
104.	Зачетное занятие.	2
105.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов народно-сценического танца. Постановочная работа.	2
106.	Система упражнений, состоящая из движения и элементов классического танца. Постановочная работа.	2
107.	Постановочная работа.	2
108.	Постановочная работа.	2
	<b>Итого</b>	<b>216</b>

**Календарно-тематический план  
8-й год обучения МОДУЛЬ «Современный танец»**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Вводное занятие.	2
2.	Новые направления работы.	1
3.	Разминка. Работа в группах по заданию. Показ индивидуальных и групповых работ.	2
4.	Разминка. Работа в группах по заданию..	1
5.	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	2
6.	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1
7.	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	2
8.	Растяжка. Шпагаты.	1
9.	Растяжка. Шпагаты.	2
10.	Растяжка. Шпагаты.	1
11.	Растяжка. Шпагаты.	2
12.	Основные элементы акробатики	1
13.	Основные элементы акробатики	2
14.	Основные элементы акробатики	1
15.	Понятие «акробатика».	2
16.	Понятие «акробатика». Техника безопасности.	1
17.	Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»	2
18.	«колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»	1
19.	Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад	2
20.	«колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»	1
21.	Трюковые элементы. Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.	2
22.	Трюковые элементы.	1
23.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	2
24.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	1
25.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	2
26.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	1
27.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	2
28.	Упражнения у станка	1

29.	методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.	2
30.	Переходы рук (порт де бра) Полуприседание (деми-плие) в I, II, V позициях	1
31.	Полное приседание (гранд-плие в I, II, V позициях)	2
32.	Полное приседание (гранд-плие в I, II, V позициях)	1
33.	Выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю)	2
34.	Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° (батман тандю жите)	1
35.	Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° (батман тандю жите)	2
36.	Круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер)	1
37.	Приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю)	2
38.	Гранд батман жите (большой бросковый батман)	1
39.	Лицом к станку: Реливе. Прыжки.(сote по I, II позициям). Растворка.	2
40.	методика исполнения элементов классического танца на середине зала.	1
41.	Переходы рук (порт де бра); деми-плие и гранд-плие в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.	2
42.	Контрольный урок по прошедшему материалу за 1-ое полугодие.	1
43.	Итоговое занятие за год	2
44.	Уличный танец.	1
45.	основные раскачки (вперед, назад);	2
46.	раскачки с шагами;	1
47.	основные прыжки на двух и на одной ноге, с поворотами на 180 и 360 градусов;	2
48.	соединение движений ног с руками	1
49.	Наклоны, повороты шеи	2
50.	Разминка для плеч	1
51.	Разминка верхней части туловища (смещения вправо, влево, вперед, назад)	2
52.	Разминка тазобедренного сустава (вращения, восьмёрки)	1
53.	Разминка ног (вращения в коленях, приседания)	2
54.	Осваиваем комплекс разминки на середине: простейшие партерные комбинации.	1
55.	изучение понятий kike, slaid.	2
56.	Раздел - изоляция. олова: наклоны, повороты, круги, zundari;	1
57.	грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;	2
58.	лечи: прямые направления одним и двумя плечами, полу круги и круги;	1
59.	пельвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;	2
60.	руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.	1
61.	ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.	2
62.	Упражнения для развития позвоночника. Здесь должны быть усвоены следующие положения:	1
63.	комбинации и постановки.	2
64.	комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней, в джазовом и уличном танце	1
65.	Изучить азы анализа движения Лабана.	2
66.	Как движение распространяется в теле.	1
67.	Усилие. Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.	2
68.	Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изме-	1

	нения формы.	
69.	Насколько велика кинесфера двигающегося. Как определить кинесферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует двигающееся тело.	2
70.	индивидуальные и групповые творческие работы.	1
71.	индивидуальные и групповые творческие работы.	2
72.	индивидуальные и групповые творческие работы.	1
	<b>Итого</b>	<b>108</b>

**Календарно-тематический план  
8-й год обучения МОДУЛЬ «Народный танец»**

№	Содержание	Кол-во ч.
1.	Вводное занятие.	2
2.	Новые направления работы.	1
3.	Разминка. Работа в группах по заданию. Показ индивидуальных и групповых работ.	2
4.	Разминка. Работа в группах по заданию..	1
5.	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	2
6.	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	1
7.	Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.	2
8.	Растяжка. Шпагаты.	1
9.	Растяжка. Шпагаты.	2
10.	Растяжка. Шпагаты.	1
11.	Растяжка. Шпагаты.	2
12.	Основные элементы акробатики	1
13.	Основные элементы акробатики	2
14.	Основные элементы акробатики	1
15.	Понятие «акробатика».	2
16.	Понятие «акробатика». Техника безопасности.	1
17.	Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад),	2
18.	«колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»	1
19.	Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад)	2
20.	«колесо», «стоечка на лопатках», «мостик»	1
21.	Трюковые элементы. Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.	2
22.	Трюковые элементы.	1
23.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	2
24.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	1
25.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	2
26.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	1
27.	Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.	2
28.	Упражнения у станка	1
29.	методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.	2
30.	Переходы рук (порт де бра) Полуприседание (деми-пле) в I, II, V позициях	1
31.	Полное приседание (гранд-пле) в I, II, V позициях	2

32.	Полное приседание (гранд-плие в I, II, V позициях)	1
33.	Выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю)	2
34.	Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° (батман тандю жите)	1
35.	Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° (батман тандю жите)	2
36.	Круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер)	1
37.	Приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю)	2
38.	Гранд батман жите (большой бросковый батман)	1
39.	Лицом к станку: Реливе. Прыжки.(соте по I, II позициям). Растворка.	2
40.	методика исполнения элементов классического танца на середине зала.	1
41.	Переходы рук (порт де бра); деми-плие и гранд-плие в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.	2
42.	Контрольный урок по пройденному материалу.	1
43.	методика исполнения элементов народного танца.	2
44.	полуприседания быстрые и медленные, по I и VI-й позициям, с подъёмом на полу-пальцы, с наклоном корпуса; перевод ноги с носка на пятку и обратно.	1
45.	Элементы народного танца на середине зала.	2
46.	поклон в русском характере; пружинистое приседание с поворотом корпуса;	1
47.	«хлопушки» простые; тройной шаг; притопы в комбинации; «припадания»; шаг кадрили.	2
48.	«моталочка», «гармошечка», «ёлочка», «ковырялочка» с притопом и подскоком; «мячики», «присядка»,	1
49.	Постановки номеров.	2
50.	Постановки номеров.	1
51.	Постановки номеров.	2
52.	Постановки номеров.	1
53.	Знакомство с разными жанрами народного танца и их построением, с просмотром видеоматериалов и прослушиванием музыки; знакомство с элементами народного костюма.	2
54.	Постановка несложных танцев с народной хореографией.	1
55.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	2
56.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	1
57.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	2
58.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	1
59.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	2
60.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	1
61.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	2
62.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	1
63.	Постановка несложных танцев с народной хореографией	2
64.	Контрольный урок по пройденному материалу	1
65.	Изучить азы анализа движения Лабана.	2
66.	Как движение распространяется в теле.	1
67.	Усилие. Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.	2
68.	Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.	1
69.	Насколько велика киносфера двигающегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные пространственные силы. Какую кристаллическую форму образует двигающееся тело.	2
70.	индивидуальные и групповые творческие работы.	1
71.	индивидуальные и групповые творческие работы.	2
72.	индивидуальные и групповые творческие работы.	1

	<b>Итого</b>	<b>108</b>
--	--------------	------------