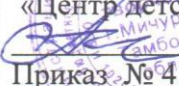


УПРАВЛЕНИЕ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДА МИЧУРИНСКА ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
ГОРОДА МИЧУРИНСКА ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Рассмотрена и рекомендована к
утверждению на заседании
педагогического совета
Протокол от 21.05.2024 №4

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«Центр детского творчества»
 Т.С. Голышкина
Приказ № 41 от 21.05.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«В мире танца»

Возраст учащихся - 7-14 лет
Срок реализации – 6 лет

Авторы-составители:

педагоги дополнительного образования
Антонова Галина Павловна
Гончарова Анастасия Юрьевна
Волоскова Екатерина Владимировна

г. Мичуринск
2024

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1.	Учреждение	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества» г. Мичуринска Тамбовской области
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В мире танца»
3. Сведения об авторах		
3.1	Ф.И.О., должность	Антонова Галина Павловна, педагог дополнительного образования Гончарова Анастасия Юрьевна, педагог дополнительного образования Волоскова Екатерина Владимировна, педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе		
4.1	Нормативная база	Федеральный закон от 29.11.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023); приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.09.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»; методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.); постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и

		оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением главного государственного врача РФ от 28.09.2020 №28). ЛНА МБОУ ДО «Центр детского творчества» г.Мичуринска
4.2.	Вид	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
4.3	Направленность	Художественная
4.4.	Уровень программы	Углубленный
4.5	Область применения	Дополнительное образование
4.6	Продолжительность обучения	6 лет
4.7	Год разработки программы	2024
4.8	Возраст обучающихся по программе	7-14 лет

БЛОК 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **художественной направленности «В мире танца»** ориентирована на гармоничное развитие личности (духовно-нравственное, творческое, физическое), формирование танцевальных навыков, приобщение к культурному наследию, что способствует повышению общей культуры каждого обучающегося. Способствует раскрытию творческого потенциала, воспитанию любви к танцу посредством занятий и концертных выступлений. Направлена на развитие навыков совместных согласованных действий и познавательной мотивации.

Уровень освоения:

- ознакомительный (1-й год обучения): введение в тематику программы (минимальная сложность заданий, овладение терминологией);
- базовый (2-й - 4-й годы обучения): достаточно интенсивное продвижение от темы к теме с ощутимым расширением, углублением изучаемого материала, терминологии;
- углубленный (5-й - 6-й годы обучения): углубленное изучение данной предметной области с освоением околопрофессиональных и профессиональных знаний в рамках изучаемых тем, позволяет обучающимся познакомиться с профессиональной сферой, выявить свои личностные возможности и определить индивидуальную профориентационную траекторию.

Актуальность программы обусловлена рядом факторов: развитие художественного вкуса (занятия хореографией приобщают ребёнка к миру прекрасного, учат слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку), расширение кругозора (программа позволяет увидеть взаимосвязь и взаимопроникновение различных видов искусства: музыки, танца, живописи, литературы, театра), выявление и развитие творческого потенциала (занятия хореографией повышают творческие способности, активность, мышление, фантазию, способствует активному познанию окружающей действительности, формируют представления об актерском мастерстве, интерес к изучению национальной культуры, воспитывают коммуникативные способности, побуждают включаться в коллективную деятельность), укрепление здоровья, развитие физических данных (хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье, способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, исправлению нарушений осанки, формируют красивую фигуру, формируют силу, выносливость, смелость,

волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность, умение легко, грациозно, координированно танцевать, ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве), практическая значимость (учащиеся могут регулярно демонстрировать свои умения, выступая на мероприятиях различного уровня).

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что используемые в ней формы, методы и средства обучения создают условия для культурного, социального, профессионального самоопределения и творческой самореализации личности каждого обучающегося.

Отличительная особенность программы заключается в синтезе различных направлений хореографии: эстрадной и классической, народной и современной (джаз–модерн, R&B, хип-хоп), позволяющем осуществить комплексную хореографическую подготовку, что актуально в современном обществе. А так как танец неотделим от природно-физической организации ребенка и его естественных физических задатков, то это потребовало введения в программу гимнастики (акробатики). Все это дает учащимся возможность самовыражаться и использовать полученные знания и умения в учебной и внеучебной деятельности.

Адресат программы. Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 7 до 14 лет. Именно в этот период дети пластичны, обладают физической выносливостью, потребностью в движении. Это время благоприятно для развития координации и пластики, улучшения осанки, тренировки памяти и внимания, развития музыкального слуха и чувства ритма, артистичности и раскрепощенности, формирования нравственных позиций, духовно-нравственных ценностей, умения работать в коллективе, взаимодействовать с другими и работать в команде для достижения общего результата, воспитания культурной личности.

Обучение осуществляется во время групповых занятий.

Разные возрастные группы: от младшего до среднего школьного возраста требуют дифференциации технологий, форм и методов образовательной и воспитательной деятельности.

Состав сформированных групп может меняться на протяжении обучения. Своевременная диагностика успехов обучающихся позволяет гибко менять состав групп. Это создает возможность строить процесс обучения на оптимальном уровне трудности.

Также возможно обучение по индивидуальным учебным планам, обеспечивающим освоение образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося, в основе которых лежит поддержка и развитие творческих способностей, помощь в самореализации, социальной адаптации, сохранении психологического и физического здоровья для одаренных детей.

Условия набора обучающихся. Набор на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных

представителей) без специального отбора: принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний к занятиям по хореографии.

При комплектовании групп 1-го года обучения учитывается возраст, проверяется степень владения навыками исполнения движений и физические данные. С этой целью проводится начальная диагностика в форме просмотра детей и определения уровня их развития и готовности к процессу обучения. Проверяются специальные танцевальные данные: музыкальный слух, чувство ритма, выворотность, танцевальный шаг, гибкость. Результаты диагностики не влияют на зачисление в коллектив, но важны для выстраивания дальнейшей индивидуальной образовательной траектории развития учащегося.

Возможно поступление на 2-й и последующие годы(базовый уровень, углубленный уровень) обучения в зависимости от имеющихся умений.

Количество обучающихся. Количество детей в группе 1-го года обучения – 15 человек; в группе 2-го и последующих – 12 человек.

Объем и срок освоения программы. Срок обучения по программе – 6 лет. Учебный курс: 1-й год обучения – 144 часа, 2-й – 6-й год обучения - 216 часов. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы – 1224 часа.

Формы и режим занятий. Форма обучения по программе – очная.

Режим занятий: 1-й год обучения: 144 ч., 2 раза в неделю по два занятия, длительностью 45 минут каждое с динамическим интервалом не менее 10 минут. 2-й - 6-й год обучения: 216 ч., 3 раза в неделю по два занятия, длительностью 45 минут каждое с динамическим интервалом не менее 10 минут.

Форма организации деятельности обучающихся на занятии - групповая. Дополнительная форма работы – индивидуальные задания для творчески одаренных и отстающих детей, постановка концертных номеров, консультации педагога с родителями и детьми.

Формы занятий. В соответствии с задачами обучения, учетом познавательных интересов и индивидуальных возможностей учащихся учебной группы, специфики содержания данной программы используются следующие формы занятий: комбинированное занятие, концерт.

Особенности организации образовательного процесса. Программа «В мире танца» разработана в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей. По данной программе могут заниматься дети 7-14 лет, независимо от наличия у них специальных физических данных.

Обучение по программе осуществляется в 3 этапа. Этапность в обучении является «ступенчатой» формой организации образовательного процесса и отвечает дидактическому принципу доступности и последовательности:

Подготовительный этап	1 год обучения	7-8 лет
Учебный этап	3 года обучения	9-12 лет
Этап совершенствования мастерства	2 года обучения	13-14 лет

Этапы отличаются по целям, задачам, организации, содержанию, методике обучения, возрастному цензу, степени индивидуализации подходов и совпадают с годовыми циклами обучения.

Подготовительный этап (1-й год обучения, ознакомительный уровень) - начальный этап познания и освоения ритмики и эстрадного танца с элементами свободной пластики (ознакомительный уровень). Он заключается в освоении азов ритмики, азбуки танца, игровой гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации, основных пространственных рисунков-фигур, мимического экзерсиса, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребёнка.

При этом надо учитывать, что для младших школьников характерно слабое развитие мышц, дети быстро устают от физических нагрузок. Из-за слабости мышц спины они не способны долго удерживать корпус в подтянутом положении. Педагог должен обратить внимание на укрепление и развитие мышц.

Слабость дыхательных мышц, недостаточно развитая сердечнососудистая система – все эти особенности требуют от педагога очень осторожного увеличения физической нагрузки и чередования быстрых темпов с умеренными и медленными.

У детей младшего школьного возраста недостаточно развит анализаторный аппарат: зрительная, слуховая, мышечная и вестибулярная чувствительность. Развитие органов чувств, сенсорных умений и совершенствование восприятия – первоочередная задача обучения.

Способности у детей младшего школьного возраста быстро развиваются посредством упражнений, а потому этот возраст является благоприятной основой для занятий танцами.

Учебный этап (2-й -4-й годы обучения, базовый уровень) - этап дальнейшего изучения основ хореографии с элементами свободной пластики, усложненных форм партерной гимнастики, создания несложной и посильной репертуарной программы, освоение игрового этюдного материала, основ актёрской выразительности, способности к музыкально-танцевальной импровизации и первичным формам концертного публичного исполнительства.

У подростков по сравнению с младшими школьниками имеются объективные возможности для успешных занятий танцем – лучше развита моторика, чувство ритма, умение передать характер, стиль танца, - этот возраст имеет и некоторые свои сложности, которые нельзя не принимать во внимание.

В возрасте 10-12 лет начинается половое созревание детей, что, в свою очередь, сказывается на внешнем виде и взаимоотношениях мальчиков и девочек. Например, они смущаются при выполнении контактных танцевальных движений, стесняются встать в пару. Правильный учет

возрастных психологических особенностей позволяют выделить основную направленность в работе: внимание сенсорному восприятию, развитие музыкальности, формирование первоначальных танцевальных навыков и умений.

Этап совершенствования мастерства (5-й – 6-й годы обучения, углубленный уровень) - этап совершенствования уже полученных на первом и втором этапах хореографических навыков, знаний и умений. Обучающиеся оттачивают основы школы классического танца, импровизируют более сложный материал, изучают концертные номера и совершенствуют навыки актерского мастерства. Проходят специальные тренинги на развитие внимания, тренировку памяти, мышления и воображения, умение перевоплощаться. При постановке номеров каждый обучающийся четко знает свою роль в танце, свое выражение, любая поза или рисунок – все оправданно и работает на одну задачу. На этом этапе ребенок выразителен, энергичен, технически подготовлен. Все это позволяет, в конечном итоге, осуществить постановку детских танцевальных спектаклей.

В работе с обучающимися старшего школьного возраста увеличивается количество физических и эмоциональных нагрузок, уделяется внимание самостоятельной поисково-образовательной деятельности.

Взаимодействие с родителями. Совместные мероприятия детей и родителей, консультации для родителей, совместная подготовка к концертным выступлениям, поездкам на конкурсы.

Цель программы

Цель программы - формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей учащихся посредством хореографии.

Содержание программы

1-й год обучения

Задачи

Обучающие:

- познакомить с историей и видами хореографического искусства, терминологией, правилами и способами выполнения элементов партерной гимнастики с учетом соблюдения правил техники безопасности;
- научить навыкам выполнения основных элементов партерной гимнастики, упражнений на развитие гибкости и пластичности, силы и выносливости, исполнения танцевальных элементов и композиций;
- формировать мотивацию к познавательной деятельности в данном виде творчества.

Развивающие:

- развивать внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию;
 - развивать творческие способности, художественный и эстетический вкус;
 - совершенствовать физические данные, координацию.
- Воспитательные:*
- воспитывать дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению заданий, навыки организации своей деятельности;
 - формировать духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальную активность;
 - формировать навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу;
 - приобщать детей к культурному наследию.

Учебный план

№ п/п	Раздел/Тема	Общее кол-во часов	Теория	Прак- тика	Форма аттестации/контроля
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, контрольный показ
1	Раздел: «Азбука музыкального движения»	20	5	15	
1.1	От простого хлопка – к притопу	2	1	1	Опрос, контрольный показ
1.2	Три жанра музыки (песня, танец, марш)	6	2	4	Опрос, контрольный показ
1.3	Танцевальные шаги и перестроения	10	2	8	Опрос, контрольный показ
1.4	Движения в образах любимых героев мультфильмов	2		2	Опрос, контрольный показ
2	Раздел: «Элементы народного танца»	20	4	16	
2.1	Элементарные основы народной хореографии	12	4	8	Открытый урок
2.2	Движение и повороты (на месте и на шагах)	8		8	Открытый урок
3	Раздел: «Элементы классического танца»	20	6	14	
3.1	Постановка корпуса. Позиции ног, рук.	6	2	4	Открытый урок
3.2	Партерный экзерсис	14	4	10	Открытый урок
4	Раздел: «Импровизация»	16	4	12	
4.1	Эмоции в танце	8	2	6	Контрольный показ
4.2	Освоение танцев - образов	8	2	6	Контрольный показ
5	Раздел: «Партерная гимнастика»	26	8	18	
5.1	Знакомство с основными группами мышц, необходимость разогрева	2	2		Контрольный показ

5.2	Развитие силы и выносливости	12	3	9	Игра -соревнование
5.3	Укрепление и развитие мышц ног	6	2	4	Игра -соревнование
5.4	Игровой стретчинг	2		2	Игра -соревнование
5.5	Развитие навыков расслабления	4	1	3	Игра -соревнование
6	Раздел: «Постановочная работа»	38	4	34	
6.1	Постановка танцевальных композиций	38	4	34	Отчетный концерт
	Итоговое занятие	2		2	Отчетный концерт
		144	32	112	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория. Обзорная экскурсия, история Центра детского творчества. Ансамбль эстрадного танца «Орион»: история, выпускники.

Практика. «Радостные» поклоны – психологическая установка на занятие – введение детей в мир музыки и танца с радостью и улыбкой.

Раздел 1. «Азбука музыкального движения»

Тема 1.1. «От простого хлопка – к притопу»

Практика. Развитие метро-ритма, слуха и навыков элементарного исполнительства, умение слушать и слышать ритмический рисунок, например, повторяя его за педагогом. Простейшие виды хлопков-притопов в различных метро-ритмических сочетаниях.

Хлопки: «Ладушки», «Блинчики», «Тарелочки», «Бубен», «Колокола», «Колокольчики», «Ловим комариков».

Хлопки в парах: «Стенка», «Большой бубен», «Крестики».

Тема 1.2. «Три жанра музыки (песня, танец, марш)»

Теория. Элементы музыкальной грамоты. Характер музыки – веселая, грустная, спокойная; темп – медленный, умеренный, быстрый.

Практика. Движение характере и темпе музыки.

Тема 1.3. «Танцевальные шаги и перестроения

Теория. Различные виды танцевальных шагов и перестроений»

Практика. Танцевальные шаги: с носка, на полупальцах, легкий бег, шаги с подскоком. Спокойная ходьба (прогулка). Шаг на всей ступне (топающий). Хороводный шаг (плавный). Переменный шаг. Боковой приставной шаг.

Шаг на носках: пружинящий, крадущийся, боковой («крстик»), шаг окрестный вперед-назад («косичка»), семенящий («плавающий»).

Шеренга, колонна, цепочка, перестроение.

Тема 1.4. «Движения в образах любимых героев из мультфильмов

Практика. Танцевальные шаги в образе животных, героев из мультфильмов под различный музыкальный темп, ритм»

Раздел 2. «Элементы народного танца»

Тема 2.1. «Элементарные основы народной хореографии»

Теория. Ознакомление с музыкой и танцами народов своей национальности, с русским танцем. Прекрасное в образах сказочных героев, например Иванушки и Царь-девицы из балета «Конек-Горбунок» по сказке Ершова.

Практика. Разучивание элементов русского танца. Вытягивание ноги в сторону и вперед с переворотом с носка на каблук. Удары стопой по 6-й и 3-й позициям, тройной притоп.

Исходные позиции рук: внизу, впереди, вверху, в стороны, за спиной. Открытые или закрытые.

«Поясок», «Кулачки на бочок», «Полочка», «Матрешка», «Юбочка», «Фартучек».

Движения рук: раскрытие рук вперед, в сторону из положения на поясе. «Ветерок», «Ленточки», «Крылья», «Поющие руки», «Моторчик».

Тема 2.2. «Движение и повороты (на месте и на шагах)»

Практика. Притоп, «Три притопа», притоп поочередно двумя ногами, притоп в сочетании с «точкой», «Елочка», «Большая гармошка», «Топотушка», поворот вокруг себя (кружение), расческа.

Раздел 3. «Элементы классического танца»

Тема 3.1. «Постановка корпуса. Позиции ног, рук»

Теория. Элементарные сведения о классическом танце. Классический танец – основа балетного спектакля. Постановка корпуса, ног, рук, правила азбуки классического танца.

Практика. Упражнения на осанку. Позиции ног: 1, 2, 3, 6. Положение и позиции рук: Подготовительная, 1, 3, 2 –я позиции. Положение рук за платье у девочек. Полуприседание (demi plie) по 1, 2, 3-й позициям. Вытягивание ноги (battement tendu) в сторону, вперед из 1-й и 3-й позиций. Прыжки по 6-й позиции. Подъем на полупальцах (releve) по 6-й и 1-й (полувыворотной) позиции.

Подскоки на месте (cote) по 6-й позиции.

Тема 3.2. «Партерный экзерсис»

Теория: Правила и порядок исполнения движений классического танца в партерной гимнастике.

Практика. Упражнения на развитие стопы, лежа спиной на коврике, руки за головой: стопы на себя, вытянуть; круговые движения стопой; по 6-ой и 2-ой позиции. Упражнение на выворотность стопы. Упражнения на выворотность бедра. «Складочка». «Коробочка». «Лягушка». «Цветок». Упражнение на укрепление мышц спины. Упражнения на растяжку (шпагаты). Батманы. Упражнения на укрепление мышц живота.

Раздел 4. «Импровизация»

Тема 4.1. «Эмоции в танце»

Теория. Выразительная пластика.

Практика. «Танцующие человечки - эмоции». Эстафета полярных эмоций. Выразительная пластика в образе животных: добрый котенок, злая кошка, цирковая лошадка, усталая лошадка. Освоение танцев – образов: основные элементы «веселые барабанщики», «бедный шарманщик», «Буратино», «Лучики», «Часики», «Едем на лошадке». Крадущийся шаг. Спортсмены: играют в волейбол, плывут на байдарке.

Тема 4.2. «Освоение танцев-образов»

Теория. Что такое «образы».

Практика. Оправдай: позу, зеркало, обезьянку.

Одновременные движения рук вверх, вперед, в сторону... мягкие, жесткие. Шаг с приставкой, с координацией рук, в образах.

Раздел 5. «Партерная гимнастика»

Тема 5.1. «Знакомство с основными группами мышц, необходимость разогрева»

Теория. Голова и шея: наклоны головы; повороты головы; полукруг головой; круговые вращения головой; вытягивание шеи вперед — назад, из стороны в сторону; составление комбинаций»

Плечи, грудная клетка: поднимание плеч поочередно, вместе; подача плеч вперед - назад: круговые вращения плечами; движения по схеме: крест, квадрат, круг и сдвиг параллельно полу.

Пояс и таз: наклон туловища с прямой спиной параллельно полу; перевод прямых рук от корпуса к голове параллельно полу; усиленные наклоны абсолютно прямой спиной; выход через вогнутую спину и согнутые колени в исходную позицию; основные виды движений для разминки тазобедренной части (таза): вперед — назад; из стороны в сторону; подъём бедра вверх («хип лифт»), спиральное закручивание таза («шимми»); «волны»: вперед, боковые, назад, вертикальные сверху — вниз, снизу - вверх.

Ноги, руки: работа над выразительностью рук: работа над пальцами, кистями, локтями, плечами - взмахи (плавно и, наоборот, фиксируя каждое промежуточное положение), «волны» во всех направлениях относительно корпуса; составление комбинаций; растяжки ног даются из раздела «Элементы партерного экзерсиса»; прыжки на месте, с продвижением и поворотами в разных ритмических рисунках; попеременное поднимание (бросок) ноги на 90 и больше вперед, назад, в сторону.

Тема 5.2. «Развитие силы и выносливости»

Теория. Правила выполнения упражнений для укрепления мышц спины и пресса.

Практика. Упражнение для силы спины и мышц брюшного пресса. «Уголок».

Упражнение для выворотности и эластичности ног в комплексе с упражнением для мышц спины: «Складочка».

Упражнение для развития гибкости позвоночника. «Свечка»

Тема 5.3. «Укрепление и развитие мышц ног»

Теория. Правила выполнения упражнения для развития стопы.

Практика. Упражнение для вытянутости ног «в воздухе». Grand battement jete (бросок ноги на 90°).

Упражнение для выворотности и эластичности ног: «Лягушка».

Упражнение для гибкости позвоночника

Упражнение для силы спины и мышц брюшного пресса («качалочка»).

Тема 5.4. «Игровой стретчинг»

Практика. Комплекс из 5 упражнений «Маленькие человечки».

Упражнения: «Улитка», «Летучая мышь», «Мудрая змея», «Любопытный паучок», «Червячок – добрый славный старичок», «Крот и нора», «С камня на камень – прыжки».

Тема 5.5. «Развитие навыков расслабления»

Практика. Дыхательное упражнение «Подуем на плечо». «Контракшн», «Релиз» в различных комбинациях.

Упражнение на напряжение и расслабление всех мышц (лежа на спине). 4/4: 1-й такт — напрячь все мышцы тела. 2-й такт - расслабить все мышцы.

Раздел 6. «Постановочная работа»

Тема 6.1. «Постановка танцевальных композиций»

Теория. Ориентация в пространстве танцевального зала. Знакомство со сценой и ее составляющими (например, кулиса, авансцена). Правила поведения на сцене и за кулисами.

Практика. «Первым делом самолеты» Танец-игра, его особенности и характер (отразить в пластике образы животного мира, создание кукольных образов). Музыкально-танцевальная игра «Лавата». «Буги-вугги». Музыкально-танцевальная игра «Если весело живется». «Гопак». «Вальс». «Первым делом самолеты».

Итоговое занятие

Практика. Подведение итогов. Открытое занятие или отчетный концерт с участием всех детей. Обсуждение с детьми и родителями.

Планируемые результаты

Предметные:

- будут знать: историю и виды хореографического искусства, терминологию, правила и способы выполнения элементов партерной гимнастики, правила техники безопасности;

- приобретут навыки выполнения основных элементов партерной гимнастики, упражнений на развитие гибкости и пластичности, силы и выносливости, исполнения танцевальных элементов и композиций;
- сформируется мотивация к познавательной деятельности в данном виде творчества.

Метапредметные:

- будут развиты: внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию, творческие способности, художественный и эстетический вкус; усовершенствованы физические данные, координация.

Личностные:

- будут формироваться: дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания, навыки организации своей деятельности, духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальная активность, представления о культуре народа, его истории и традициях, чувство любви и привязанности к своей стране;
- приобретут навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу;

2-й год обучения

Задачи

Обучающие:

- продолжить знакомить с историей и видами хореографического искусства, терминологией (в т.ч. связанные с метром, ритмом и темпом в музыке), правилами и способами выполнения хореографических элементов с учетом соблюдения правил техники безопасности;
- познакомить с танцевальным направлением «современный танец», «джаз-танец», структурой хореографической композиции, понятием «танцевальный рисунок»;
- формировать навыки ориентирования в танцевальном зале по точкам (1-8);
- продолжить формировать навыки исполнения эстрадного танца, комплексов упражнений по классическому танцу у палки и на середине зала, упражнений на развитие гибкости и пластичности, силы и выносливости, исполнения танцевальных элементов и композиций;
- продолжить формировать мотивацию к познавательной деятельности в данном виде творчества.

Развивающие:

- продолжить развивать внимание, воображение, творческие способности, образное и пространственное мышление и фантазию, художественный и эстетический вкус;
- формировать адекватную самооценку;
- совершенствовать физические данные, координацию при исполнении

танцевальных этюдов;

Воспитательные:

- воспитывать дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания, навыки организации своей деятельности,
- формировать духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальную активность;
- формировать навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, своему и чужому труду;
- приобщать детей к культурному наследию.

Учебный план

№ п/п	Раздел/Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос контрольный показ
1	Раздел: «Азбука музыкального движения»	20	6	14	
1.1	Строение музыкальной речи	6	2	4	Опрос контрольный показ
1.2	Построение и перестроения	14	4	10	Опрос, контрольный показ
2	Раздел: «Элементы народного танца»	12	4	8	
2.1	Особенности построений и рисунков русских хороводов	10	4	6	Контрольный показ
2.2	Позиции рук, движение рук. Поклон	2		2	Контрольный показ
3	Раздел: «Элементы классического танца»	46	9	37	
3.1	Экзерсис у палки	18	3	15	Контрольный показ
3.2	Экзерсис на середине зала	14	3	11	Контрольный показ
3.3	Прыжки (аллегро)	14	3	11	Контрольный показ
4	Раздел: «Партерная гимнастика»	56	5	51	
4.1	Комплекс упражнений, для развития разных типов мышц	12	3	9	Контрольный показ
4.2	Укрепление и развитие мышц ног	8	2	6	Контрольный показ
4.3	Партерный парный стретчинг	16		16	Контрольный показ
4.4	Акробатика	20		20	Контрольный показ
5	Раздел: «Современный танец»	18	6	12	
5.1	Изоляция	4	2	2	Контрольный показ
5.2	Позиции рук и ног джазового танца	2		2	Контрольный показ
5.3	Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»	12	4	8	Контрольный показ
6	Раздел: «Постановочная работа»	60		51	
6.1	Постановка танцевальных композиций	60	9	51	Отчетный концерт,

					конкурс
	Итоговое занятие	2		2	Отчетный концерт
		216	40	176	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория. Понятие «Поклон». Беседа на тему «Вариации национальных поклонов». Вариации национальных поклонов. Поклоны партнеру, педагогу. Танец-поклон «Улыбка»

Практика. Танец-поклон «Улыбка», (муз. В.Я. Шаинского).– психологическая установка на занятие – введение детей в мир музыки и танца с радостью и улыбкой.

Раздел 1. «Азбука музыкального движения»

Тема 1.1. «Строение музыкальной речи»

Теория. Строение музыкальной речи (предложение, музыкальная фраза), длительности.

Практика. Развитие метро-ритма, слуха и навыков элементарного исполнительства, умение слушать и слышать ритмический рисунок, например, повторяя его за педагогом. Виды хлопков-притопов в различных метро-ритмических сочетаниях.

Строение музыкальной фразы: игра «Лужа», игра «Снежинки». Передача в движении применения темпа.

Тема 1.2. «Построения и перестроения»

Теория. Разновидности построений. Перемещение танцоров на сценической площадке.

Практика. Построение и перестроения. Шаги с акцентом на «раз» по четыре и три шага. Многообразие метро-ритма музыкального этноса. Акцентировка на сильную долю такта в шагах и дирижерском жесте. Комбинирование различных видов шагов, различных видов бега между собой. Прыжки в различных рисунках на месте и с продвижением по разным направлениям с одновременным движением головы и рук. Музыкальные регистры. Игра «Кто живет в лесу».

Раздел 2. «Элементы народного танца»

Тема 2.1. «Особенности построений и рисунков русских хороводов»

Теория. Особенности построений и рисунков русских хороводов: «круг», «два круга рядом», «круг в круге».

Практика. Простые шаги русского танца: основной шаг с продвижением вперед; основной шаг с продвижением назад. Группа

«притопов», «переступаний», «дробей» (подготовка) Движение на месте, «ковырялочка», тройной притоп.

Тема 2.2. «Позиции рук, движение рук. Поклон»

Практика. Движения рук: раскрывание рук вперед, в сторону из положения на поясе. «Ветерок», «Ленточки», «Крылья», «Поющие руки», «Моторчик».

Положение рук в парном танце:

– Дети стоят рядом: «Стрелка», «Воротики», «Плетень», «Бантик», «Саночки».

– Дети стоят, соединив одноименные плечи: «Бараночка», «Вертушка», «Звездочка», «Двойной поясok».

– Дети стоят лицом друг к другу: «Лодочка», «Воротики», «Крестик».

Положение рук в общем круге: подъем и опускание рук при сужении и расширении круга.

Раздел 3. «Элементы классического танца»

Тема 3.1. «Экзерсис у палки»

Теория. Правила и порядок выполнения базовых упражнений классического танца у станка.

Практика. Комплекс упражнений из основных движений классического танца, исполняемый лицом к палке:

Demi plie. Releve . Выдвижение ноги (battement tendu) назад из 1-й и 3-й позиций. Выдвижение ноги с полуприседанием (battement tendu demi plie). Поднимание ноги на 25 градусов (relevé lent). Demi rond de jambe (вперед и в сторону). Port de bras.

Тема 3.2. «Экзерсис на середине зала»

Теория. Классический танец, как высшая форма современного балета»

Практика. Упражнения на развитие стопы, лежа спиной на коврике. Упражнение на выворотность стопы. Упражнения на выворотность бедра.

Тема 3.3. «Прыжки (аллегро)»

Теория. Основы и подготовка для прыжков.

Практика.

- sauté;
- changement de pieds;
- pas echape на вторую позицию;
- pas balance;
- pas jete.

Раздел 4. «Партерная гимнастика»

Тема 4.1. «Комплекс упражнений для развития разных типов мышц»

Теория. Виды упражнений на развитие координации и правила их выполнения.

Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого корпуса (наклоны, отжимания, силовые упражнения, движения на координацию и т.д.). Партерный парный стретчинг.

Тема 4.2. «Укрепление и развитие мышц ног»

Теория. Правила выполнения упражнения для развития стопы, колена, бедра.

Практика. Укрепление и развитие мышц ног (стопа, колено, бедро, приседание). Упражнение для вытянутости ног «в воздухе». «Уголок». «Свеча». «Складочка». Grand battements tjeté (бросок ноги на 90°).

Тема 4.3. «Партерный парный стретчинг»

Практика. Комплекс упражнений в паре на расслабление и растяжку мышц.

Упражнение 1. И. п. — стоят лицом друг к другу. Один из партнеров обхватывает за талию. Партнер кладет ладони другому на лопатки. С выдохом несколько пружинистых наклонов вперед, не опуская головы, надавливая ладонями на лопатки, партнер помогает выполнять наклоны. Делая вдох, вернуться в и. п.

Упражнение 2. И. п. — лицом к партнеру, ноги на ширине плеч, руки опущены. Делая выдох выполняется расслабленный наклон вперед. Партнер, положив ладони на поясницу другому помогает наклониться еще ниже.

Упражнение 3. И. п. — встать спиной к партнеру, поднять руки вверх. Партнер держит другого за предплечья. Делая выдох, нужно присесть как можно глубже, держа спину прямой. Голову не опускайте.

Упражнение 4. И. п. — один из партнеров лежит на коврике лицом вниз, вытянув вперед прямые руки. Партнер встает над ним, широко расставив ноги. Взяв за запястья, он должен осторожно приподнять его и словно потянуть вверх. Упражнение на вдохе, с выдохом вернуться в и. п.

Упражнение 5. Приподнимая партнера с пола, партнер помогает ему завести прямые руки назад.

Упражнение 6. И. п. — один из партнеров лежит на левом боку, выставив вперед прямую левую руку. Правая нога согнута. Партнер, стоя сзади на коленях, накладывает ладони на область плечевого и тазобедренного суставов. Осторожно надавливая ладонями, он перемещает плечо партнера к себе, а бедро - от себя. Растяжка выполняется на выдохе.

Тема 4.4. «Акробатика»

Практика. Изучение стойки, «колесо», «рондат», «стойка-мост».

Раздел 5. «Современный танец»

Тема 5.1. «Изоляция»

Теория. Характер массового танца, необходимость слаженности движений, ритмическая точность. Танец – игра, его особенности и характер.

Практика. Изоляция (голова, шея, плечевой пояс, грудная клетка, таз, руки и ноги). На данном году обучения все движения изучаются в

«чистом» виде, причем возможно исполнение 2-мя способами: медленное сжатие и расширение. Соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг.

Тема 5.2. «Позиции рук и ног джазового танца»

Практика. Позиции ног:

- параллельная – стопы вместе;
- 1 – аут – аналогичная 1-ой позиции классического танца;
- 1-ин – пятки направлены наружу, носки соединяются вместе;
- 2 параллельная;
- 2-аут – аналогичная классической позиции.

Позиции рук:

- press-роз. – локти и ладони впереди на бедрах;
- V-роз. Вверху – руки вытянуты и немного разведены в сторону, ладонями вперед;

- Первая позиция:

а) руки вытянуты вперед на уровень солнечного сплетения;

б) руки вытянуты в локтях и направлены по диагонали – V-роз. впереди;

в) руки согнуты в локтях и ладони находятся у груди – 1 закрытая позиция, А-положение;

г) руки согнуты в локтях, которые опущены вниз, кисти около плеч, Б-положение;

- Вторая позиция:

а) руки вытянуты в локтях на уровне плеч, ладонь может быть повернута вверх, вниз, в сторону;

б) вторая сокращенная позиция. Локти согнуты, предплечья располагаются параллельно полу.

Тема 5.3. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»

Теория. История возникновения джазового танца. Основные виды джаз-танца и их особенность.

Практика. Кроссы в стиле «Джаз-танца». Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз».

Раздел 6. «Постановочная работа»

Тема 6.1. «Постановка танцевальных композиций»

Теория. Композиционное построение танца. Передача характера, образа через мимику, пластику, движения, жесты.

Практика. Разучивание танцев:

«Полька дружбы» - парный, построен на шагах с наклонами корпуса, приседаниях, переходя к другому партнеру.

«Русский сувенир» - парный, построен на тройных шагах с хлопками, «ковырялочке», «маятнике», «ножниц» и т.д.

«Ягодка-клубничка» - массовый, построен на современных движениях.

«Разноцветная игра» - массовый эстрадный танец.

«Варись кашка»- массовый эстрадный танец.

«По веселой по волне»- массовый эстрадный танец.

Итоговое занятие

Практика. Подведение итогов. Отчетный концерт. Обсуждение с родителями и представителями администрации. Обсуждение с обучающимися.

Планируемые результаты

Предметные:

- будут знать: историю и виды хореографического искусства, терминологию (в т.ч. связанную с метром, ритмом и темпом в музыке), правила и способы выполнения хореографических элементов правила техники безопасности,

- познакомятся с танцевальным направлением «современный танец», «джаз- танец», структурой хореографической композиции, понятием «танцевальный рисунок»;

- будут иметь навыки ориентирования в танцевальном зале по точкам (1-8), исполнения эстрадного танца, комплексов упражнений по классическому танцу у палки и на середине зала, упражнений на развитие гибкости и пластичности, силы и выносливости, исполнения танцевальных элементов и композиций;

- сформируется мотивация к познавательной деятельности в данном виде творчества.

Метапредметные:

- будут развиваться: внимание, воображение, творческие способности, образное и пространственное мышление и фантазию, художественный и эстетический вкус, адекватная самооценка, физические данные, координация;

Личностные:

- будут формироваться: дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания, навыки организации своей деятельности, духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальная активность, представления о культуре народа, его истории и традициях, чувство любви и привязанности к своей стране;

- приобретут навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, своему и чужому труду;

3-й год обучения

Задачи

Обучающие:

- продолжить знакомить с терминологией, правилами и способами выполнения усложненных хореографических элементов с учетом соблюдения правил техники безопасности;
- познакомить с основами классического экзерсиса у палки и на середине зала, спортивными акробатическими элементами (классические и спортивные прыжки), основами современной хореографии;
- продолжить формировать навыки техничного исполнения основных элементов современного и эстрадного танца, упражнений на развитие гибкости и пластичности, силы и выносливости, исполнения танцевальных элементов и композиций, импровизации на разножанровый музыкальный материал, ориентирования в танцевальном зале по точкам;
- формировать мотивацию к познавательной деятельности в данном виде творчества.

Развивающие:

- продолжить развивать внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию, творческие способности, художественный и эстетический вкус;
- совершенствовать физические данные, координацию, выносливость, пластичность, гибкость.

Воспитательные:

- продолжить воспитывать дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания, критичность и самокритичность, упорство в достижении цели, навыки организации своей деятельности, самостоятельности, трудолюбие;
- продолжить формировать духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальную активность;
- продолжить формировать навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, своему и чужому труду;
- приобщать детей к культурному наследию.

Учебный план

№ п/п	Раздел / Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/ контроля
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, контрольный показ
1	Раздел: «Азбука музыкального движения»	20	4	16	
1.1	Строение музыкальной речи	6	2	4	Опрос, контрольный

					показ
1.2	Построение и перестроения	14	2	12	Опрос, контрольный показ
2	Раздел: «Элементы народного танца»	12	2	10	
2.1	Особенности построений и рисунков русских хороводов	10	2	8	Контрольный показ
2.2	Позиции рук, движение рук. Поклон	2		2	Контрольный показ
3	Раздел: «Элементы классического танца»	46	9	37	
3.1	Экзерсис у палки	18	3	15	Контрольный показ
3.2	Экзерсис на середине зала	14	3	11	Контрольный показ
3.3	Прыжки (аллегро)	14	3	11	Контрольный показ
4	Раздел: «Партерная гимнастика»	56	6	50	
4.1	Комплекс упражнений, для развития разных типов мышц	12	2	10	Контрольный показ
4.2	Укрепление и развитие мышц ног	8		8	Контрольный показ
4.3	Партерный парный стретчинг	16	2	14	Контрольный показ
4.4	Акробатика	20	2	18	Контрольный показ
5	Раздел: «Современный танец»	18	6	12	
5.1	Изоляция	4	2	2	Контрольный показ
5.2	Позиции рук и ног джазового танца	2		2	Контрольный показ
5.3	Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»	12	4	8	Контрольный показ
6	Раздел: «Постановочная работа»	60	8	52	Отчетный концерт, конкурс
6.1	Постановка танцевальных композиций	60	8	52	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	2		2	Отчетный концерт
		216	36	180	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория. Понятие «Поклон».

Практика. Мужские и женские поклоны. Вариантность поклонов. Танец-поклон.

Раздел 1. «Азбука музыкального движения»

Тема 1.1 «Строение музыкальной речи»

Теория. Музыка в жизни человека. Искусство вокруг нас. Искусство как хранитель культуры.

Практика. Метроритм: прохлопывание ритмических рисунков разной сложности руками, затем ногами; игра «Эхо», прохлопывание стихов, прохлопывание небольших музыкальных произведений.

- Паузы. Игра «Здравствуй, друг»

- Сильные и слабые доли: чередование хлопков рук с ударами ног, игра «Умный платочек»
- Строевание музыкальной фразы: игра «Мост».

Тема 1.2. «Построения и перестроения»

Теория. Значение темпа и динамических оттенков в хореографии

Практика. Построение и перестроение. Темп: 1) ходьба и бег в разных темпах; 2) выдерживание основного темпа – движение продолжаем при остановке музыки, игра «Ночь и день».

Раздел 2. «Элементы народного танца»

Тема 2.1. «Особенности построений и рисунков русских хороводов»

Теория. Закрепление навыков и знаний первого, второго года обучения. Характер движений, входящих в танцы, построены на народных движениях.

Особенности построений и рисунков русских хороводов: «Корзиночка», «Восьмерка», «Улитка» и т.д.

Практика. Особенности построений и рисунков русских хороводов: «Корзиночка», «Восьмерка», «Улитка», «Змейка», «Колонна», «Улица», «Ворота», «Прочес» или «Гребень».

Тема 2.2. «Позиции рук, движение рук. Поклон»

Практика. Позиции рук (4-е положения рук), движение рук. Как обращаться в танце с платочком: за конец, за середину. Поклон.

Движения рук: раскрывание рук вперед, в сторону из положения на поясе. «Ветерок», «Ленточки», «Крылья», «Поющие руки», «Моторчик».

Положение рук в общем круге: подъем и опускание рук при сужении и расширении круга.

Раздел 3. «Элементы классического танца»

Тема 3.1. «Экзерсис у палки»

Теория. Экзерсис у станка как способ развития силы мышц и эластичности связок. Правила выполнения упражнений у станка.

Практика. С освоением и закреплением новых движений выстраивается экзерсис у станка, в котором упражнения исполняются в определенном порядке с постепенным включением в работу всех групп мышц:

Экзерсис у палки:

- petit battement на полупальцах;
- battement fondu на полупальцах;
- battement frappe на полупальцах;
- battement double frappe на полупальцах;
- rond de jamb een 1 air;
- port de bras с rond de jambe par terre на plie;
- battement developpe passe на 90 градусов.

Тема 3.2. «Экзерсис на середине зала»

Теория. Правила выполнения упражнений на середине зала.

Практика. Упражнения на середине зала:

- позы классического танца на 90 градусов;
- attitudes; - arabesques на 90 градусов;
- temps li вперед; - port de bras I, II, III, IV;
- pas de bourree.

Тема 3.3. «Прыжки (аллегро)»

Теория. Техника прыжков и их грамотное исполнение.

Практика. Прыжки (allegro):

- pas glissade;
- jete в маленьких позах;
- pas eshappe.

Раздел 4. «Партерная гимнастика»

Тема 4.1. «Комплекс упражнений для развития разных типов мышц»

Теория. Техника выполнения упражнений на развитие гибкости и укрепления мышц.

Практика. Включает все упражнения 1-го и 2-го года обучения, направленные на укрепление и развитие разных типов мышц.

Упражнения на развитие гибкости:

- Ходьба в приседе;
- Наклоны вперед, назад, вправо, влево;
- Выпады и полушпагаты;
- Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой;
- Широкие стойки на ногах;
- Комплексы ОРУ, включающие максимальное сгибание туловища (в стойках и седах);
- Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах;
- Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

Упражнения на формирование осанки:

- Упражнения на проверку осанки;
- Ходьба на носках;
- Ходьба с заданной осанкой;
- Ходьба под музыкальное сопровождение;
- Танцевальные упражнения;
- Комплексы упражнений на контроль осанки в движении;
- Упражнения для укрепления и коррекции мышечного корсета;
- Комплексы упражнений на чередование напряжения и расслабления мышц отдельных участков тела.

Тема 4.2. «Укрепление и развитие мышц ног»

Практика. Укрепление и развитие мышц ног (стопа, колено, бедро, приседание). Упражнение для вытянутости ног «в воздухе». «Уголок». «Свеча». «Складочка». Grand battement tjeté (бросок ноги на 90°).

Тема 4.3. «Партерный парный стретчинг»

Теория. Знакомство с партерный парным стретчингом, методика выполнения упражнений в парах.

Практика. Парные упражнения:

- Стретчинг в парах;
- Парная акробатика: основы балансирования;
- Парная акробатика: хваты;
- Поддержки;
- Парная акробатика: силовые упражнения;
- Упоры в парах;
- Стойки в парах;
- Равновесие в парах;
- Построение пирамиды

Тема 4.4. «Акробатика»

Теория. Методика выполнения акробатических упражнений.

Практика.

- Упоры (присев, лёжа, согнувшись).
- Седы (на пятках, углом).
- Группировка, перекаты в группировке.
- Стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги).
- Кувырок вперёд (назад).
- «Мост» из положения лёжа на спине, «шпагаты» и складки.
- Элементы танцевальной и хореографической подготовки.

Начальное обучение акробатическим прыжкам.

Раздел 5. «Современный танец»

Тема 5.1. «Изоляция»

Теория. «Изоляция», «Биоцентриа», «Трицентриа». «Координация изолированных центров»

Практика.

Изоляция. Включаются комбинации 2-го года обучения. Сочетание изолированных центров – координация (координируются два, три, четыре центра в одновременном параллельном движении, затем координация нескольких центров во время передвижения).

- свинговое раскачивание головой и тазом вперед-назад;
- параллельное движение головы и таза из стороны в сторону;
- полукруги тазом и головой справа налево и слева направо;
- голова двигается вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди назад и сзади вперед;
- голова исполняет наклон вправо, одновременно подъем левого плеча, то же в другую сторону;

- голова исполняет sundari (смещение шейных позвонков при нейтральном положении головы вперед-назад и из стороны в сторону), плечи – вверх-вниз;
- голова исполняет крест (круг, квадрат), в параллель движение таза;
- голова исполняет повороты вправо, влево, таз –вправо, нейтральное положение;
- круг головой и круг предплечьями;
- крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением коленей.

Далее можно давать упражнения на координацию 3-х, 4-х и более центров (как повышенный уровень сложности)

Тема 5.2. «Позиции рук и ног джазового танца»

Практика. Позиции рук и ног джазового танца.

Позиции ног:

- параллельная – стопы вместе;
- 1 –аут – аналогичная 1-ой позиции классического танца;
- 1-ин – пятки направлены наружу, носки соединяются вместе;
- 2 параллельная;
- 2-аут – аналогичная классической позиции.

Позиции рук:

- press-роз. – локти и ладони впереди на бедрах;
- V-роз. Вверху – руки вытянуты и немного разведены в сторону, ладонями вперед;
- Первая позиция:
 - а) руки вытянуты вперед на уровень солнечного сплетения;
 - б) руки вытянуты в локтях и направлены по диагонали – V-роз.впереди;
 - в) руки согнуты в локтях и ладони находятся у груди – 1 закрытая позиция, А-положение;
 - г) руки согнуты в локтях, которые опущены вниз, кисти около плеч, Б - положение;
- Вторая позиция:
 - а) руки вытянуты в локтях на уровне плеч, ладонь может быть повернута вверх, вниз, в сторону;
 - б) вторая сокращенная позиция. Локти согнуты, предплечья располагаются параллельно полу.

Тема 5.3. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»

Теория. Энциклопедия танца: Джаз. Джаз-танец, как вид современного танца.

Практика. Кроссы в стиле «Джаз-танца». Изучение видов движений, используемых в кроссе: шаги, прыжки, вращения. Виды шагов:

- шаги примитива (афро танца);
- шаги в джаз манере;
- шаги в рок манере;

- шаги с мультипликацией;
- канканирующие шаги;
- связующие и вспомогательные шаги.

Прыжки:

- с двух ног на одну;
- с одной ноги на другую с продвижением;
- с одной ноги на ту же ногу.

Вращение:

- повороты на двух ногах;
- повороты на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях.

Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз». Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн». Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп». Комбинации могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений. Могут быть в партере, связанные с положением *contraction* и *release*, спиралями и твистами торса, кувырков и перекатов и т.п.

Раздел 6. «Постановочная работа»

Тема 6.1. «Постановка танцевальных композиций»

Теория. Композиционное построение танца. Передача характера, образа через мимику, пластику, движения, жесты.

Практика. Разучивание танцев (постановочный материал выбирает руководитель на своё усмотрение. Например: «Случай на пасеке». «Каникулы веселого режима». «Цветы Нимфеи». «С новым годом». «Дело было вечером». «За витриной». «Шах и мат». «Весенняя рапсодия». «Полет». «Город мечты». «Наш отрядик». «Уеду-еду». «Чикаго». «Прогулка». «Аквариум»).

Итоговое занятие

Практика. Отчетный концерт (в течение года подбирается музыкальный материал, композиции, шьются костюмы, участие принимают все ребята).

Ожидаемые результаты

Предметные:

- будут знать: терминологию, правила и способы выполнения усложненных хореографических элементов, основы классического экзерсиса у палки и на середине зала, спортивные акробатические элементы (классические и спортивные прыжки), основы современной хореографии, правила техники безопасности;

- иметь навыки техничного исполнения основных элементов современного и эстрадного танца, упражнений на развитие гибкости и пластичности, силы и выносливости, исполнения танцевальных элементов и композиций, импровизации на разножанровый музыкальный материал, ориентирования в танцевальном зале по точкам;

- сформируется мотивация к познавательной деятельности в данном виде творчества.

Метапредметные:

- будут развиты: внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию, творческие способности, художественный и эстетический вкус, физические данные, координация, выносливость, пластичность, гибкость.

Личностные:

- будут формироваться: дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания, критичность и самокритичность, упорство в достижении цели, навыки организации своей деятельности, самостоятельности, трудолюбие, духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальная активность, представления о культуре народа, его истории и традициях, чувство любви и привязанности к своей стране;

- приобретут навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, своему и чужому труду.

4-й год обучения

Задачи

Обучающие:

- продолжить знакомить с техникой исполнения танца «джаз», простейшими элементами народного танца («дробь», «дробная дорожка») с учетом соблюдения правил техники безопасности, особенностями постановочно-репетиционной работы, новой терминологией;

- формировать навыки исполнения элементов народного танца, танца «джаз»;

- продолжить формировать навыки техничного исполнения элементов современного и эстрадного танца повышенной сложности, упражнений на развитие гибкости и пластичности, силы и выносливости, создания танцевальных этюдов, постановки номеров;

- формировать навыки репетиционной деятельности, концертных и конкурсных выступлений.

Развивающие:

- продолжить развивать внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию, творческие способности,

художественный и эстетический вкус;

- совершенствовать физические данные, выносливость, музыкальность.

Воспитательные:

- продолжить воспитывать дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания, навыки организации своей деятельности;

- продолжить формировать духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальную активность;

- продолжить формировать навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, чувства коллективизма;

- приобщать детей к культурному наследию, формировать художественный вкус.

Учебный план

№ п/п	Раздел/Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, контрольный показ
1	Раздел: «Азбука музыкального движения»	4	3	1	
1.1	Художественное восприятие музыки. Искусство как образная модель окружающего мира.	2	2		Опрос, контрольный показ
1.2	Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки.	2	1	1	Беседа, контрольный показ
2	Раздел: «Элементы народного танца»	12	2	10	
2.1	Основные элементы народного танца: дробь, «переборы», «дробная дорожка»	6	2	4	Контрольный показ
2.2	Танцевальные комбинации	6		6	Контрольный показ
3	Раздел: «Элементы классического танца»	60	12	48	
3.1	Экзерсис у палки	20	4	16	Контрольный показ
3.2	Экзерсис на середине зала	20	4	16	Контрольный показ
3.3	Прыжки (аллегро)	20	4	16	Контрольный показ
4	Раздел: «Партерная гимнастика»	50	8	42	
4.1	Стретчинг	18	4	14	Контрольный показ
4.2	Акробатика	20	4	16	Контрольный показ
4.3	Силовые упражнения	12		12	Контрольный показ
5	Раздел: «Современный танец»	18	4	14	
5.1	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз»	6		6	Контрольный показ
5.2	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн»	6	2	4	Контрольный показ
5.3	Танцевальные движения и	6	2	4	Контрольный показ

	комбинации в стиле «хип-хоп»				
6	Раздел «Постановочная работа»	68	8	60	
6.1	Постановка танцевальных композиций	68	8	60	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	2		2	Отчетный концерт
		216	38	178	

Содержание учебного плана

Вводное занятие.

Теория. Знакомство с планом работы объединения. Техника безопасности. Беседа о здоровом образе жизни и правильном питании.

Практика. Танец-поклон.

Раздел 1. «Азбука музыкального движения»

Тема 1.1. «Художественное восприятие музыки. Искусство как образная модель окружающего мира»

Теория. Оценка прослушанной музыки для танцев, ее оценка с точки зрения критериев художественности.

Тема 1.2. «Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки»

Теория. Жанры в музыке: песня, танец, марш.

Практика. Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки. Ассоциативные связи между звуковыми и зрительными образами – представлениями.

Раздел 2. «Элементы народного танца»

Тема 2.1. «Основные элементы народного танца: «дробь», «переборы», «дробная дорожка»

Теория. Особенности народных движений, национального костюма, обуви.

Практика. Закрепление навыков и знаний третьего года обучения.

Притопы. «Печатка» или одновременный притоп двумя ногами. Удары полупальцами.

Тема 2.2. «Танцевальные комбинации»

Практика. Разучивание танцевальных комбинаций русского народного танца.

Раздел 3. «Элементы классического танца»

Тема 3.1. «Экзерсис у палки»

Теория. Методика выполнения упражнений у станка.

Практика. Экзерсис у палки. Исполняются те же упражнения, что используются на втором и третьем году обучения. Четыре арабеска – основные позы классического танца.

Тема 3.2. «Экзерсис на середине зала»

Теория. Методика выполнения упражнений на середине зала.

Практика. Экзерсис на середине зала.

Исполняются те же упражнения, что используются на втором и третьем году обучения, а так же:

- port de bras V, VI;

Тема 3.3. «Прыжки (аллегро)»

Теория. Методика выполнения прыжков.

Практика. Прыжки.

- Pas eshappe в четвертую позицию из croise;
- sissonne fermee в позах;

Раздел 4. «Партерная гимнастика»

Тема 4.1. «Стретчинг»

Теория. Правила выполнения упражнений для развития гибкости и укрепления мышц.

Практика. Включает все упражнения 1-го и 2-го года обучения, направленные на укрепление и развитие разных типов мышц.

Стретчинг.

Упражнения на развитие гибкости

- Ходьба в приседе;
- Наклоны вперед, назад, вправо, влево;
- Выпады и полушпагаты;
- Шпагаты;
- Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой;
- Широкие стойки на ногах;
- Комплексы ОРУ, включающие максимальное сгибание туловища (в стойках и седах);
- Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах;

Тема 4.2. «Акробатика»

Теория. Методика выполнения акробатических упражнений.

Практика.

- Упоры (присев, лёжа, согнувшись)
- Седы (на пятках, углом)
- Группировка, перекаты в группировке
- Стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги)
- Кувырок вперед (назад)
- «мост» из положения лёжа на спине, «шпагаты» и складки
- Элементы танцевальной и хореографической подготовки
- Начальное обучение акробатическим прыжкам;

Тема 4.3. «Силовые упражнения»

Практика. Парные упражнения

- Стретчинг в парах;
- Парная акробатика: основы балансирования;
- Парная акробатика: хваты;
- Поддержки;

Раздел 5. «Современный танец»

Тема 5.1. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз».

При составлении танцевальных комбинаций необходимо учитывать технические принципы, заимствованные из джаз танца:

1. Использование в танце поза коллапса (тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперед)
2. Активное передвижение исполнителя в пространстве как по горизонтали, так и по вертикали
3. Изолированные движения различных частей тела
4. Использование ритмически сложных и синкопированных движений
5. Полиритмия танца (центры могут двигаться не только в различных пространственных направлениях, но и в различных ритмических рисунках, метрически независимых друг от друга)
6. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца
7. Индивидуальные импровизации в общем танце

Тема 5.2. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз - модерн»

Теория. Знакомство с историей возникновения стиля джаз-модерн.

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн».

Тема 5.3. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Хип-хоп»

Теория. Знакомство с историей возникновения стиля хип-хоп.

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп».

Раздел 6. Постановочная работа

Тема 6.1. «Постановка танцевальных композиций»

Теория. Композиционное построение танца. Передача характера, образа через мимику, пластику, движения, жесты.

Практика.

1. Выбор темы (художественного замысла).
2. Составление композиционного плана в соответствии с подобранным музыкальным материалом.
3. Подбор выразительных средств.
4. Постановка танца.

5. Изготовление костюма.

6. Отработка отдельных частей и всего танца в целом. Итоговая аттестация.

Например, такие танцевальные композиции, как: «Покаяние». «Подиум». «Была лишь раз». «Бабочки в животе». «Подиум». «Под дождем». «Леди-гламур». «Притяжение». «Когда я закрываю глаза». «Дыши легко». «Девицы-красавицы». «Живем танцуя». «Тайны древних Моайи». «Аллатропия». «Дорога». «Давай раскрасим этот мир». Промежуточная аттестация.

Итоговое занятие

Практика. Отчетный концерт (в течение года подбирается музыкальный материал, композиции, шьются костюмы, участие принимают все ребята).

Планируемые результаты

Предметные:

- будут знать: технику исполнения танца «джаз», простейшие элементы народного танца («дробь», «дробная дорожка»), особенности постановочно-репетиционной работы, новую терминологию, правила техники безопасности;

- иметь навыки: исполнения элементов народного танца, танца «джаз», техничного исполнения элементов современного и эстрадного танца повышенной сложности, упражнений на развитие гибкости и пластичности, силы и выносливости, создания танцевальных этюдов, постановки номеров, репетиционной деятельности, концертных и конкурсных выступлений.

Метапредметные:

- будут развиты: внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазия, творческие способности, художественный и эстетический вкус, физические данные, выносливость, музыкальность.

Личностные:

- будут формироваться: дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания, навыки организации своей деятельности, духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальная активность, представления о культуре народа, его истории и традициях, чувство любви и привязанности к своей стране;

- будут усовершенствованы навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, чувства коллективизма.

5-й год обучения

Задачи

Обучающие:

- продолжить знакомить с техникой исполнения танца «джаз», его характерными особенностями и отличием от эстрадного танца, элементами народного танца с учетом соблюдения правил техники безопасности, особенностями постановочно-репетиционной работы, новой терминологией;
- познакомить с танцевальными направлениями «джаз-модерн», «хип-хоп»;
- формировать навыки исполнения «джаз-модерн», «хип-хоп»;
- продолжить формировать навыки исполнения классического, народного и современного танца, упражнений на развитие осанки, гибкости, натяжения ног, выворотности, подъема стопы и тазобедренного сустава, танцевального шага, устойчивости позиций, мягкости и четкости исполнения, музыкальности, импровизации на основе разножанрового музыкального материала, репетиционной деятельности, концертных и конкурсных выступлений, самостоятельного создания танцевальных этюдов.

Развивающие:

- формировать определенную эстетическую и танцевальную культуру, творческие способности, чувство ответственности и самостоятельности;
- продолжить развивать внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию, творческие способности, художественный и эстетический вкус;
- совершенствовать физические данные, выразительность движений.

Воспитательные:

- продолжить формировать духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальную активность, самооценку;
- продолжить формировать навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, своему и чужому труду;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- продолжить приобщать детей к истории и культурному наследию своей страны.

Учебный план

№ п/п	Раздел /Тема	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/ контроля
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, контрольный показ
1	Раздел: «Азбука музыкального движения»	4	3	1	

1.1	Художественное восприятие музыки, ее оценка.	2	2		Опрос, контрольный показ
1.2	Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки.	2	1	1	Опрос, контрольный показ
2	Раздел: «Элементы народного танца»	12	2	10	
2.1	Основные элементы народного танца: дроби	6		6	Контрольный показ
2.2	Танцевальные комбинации	6	2	4	Контрольный показ
3	Раздел: «Элементы классического танца»	60	12	48	
3.1	Экзерсис у палки	20	4	16	Контрольный показ
3.2	Экзерсис на середине зала	20	4	16	Контрольный показ
3.3	Прыжки (аллегро)	20	4	16	Контрольный показ
4	Раздел: «Партерная гимнастика»	50	4	46	
4.1	Стретчинг	18		18	Контрольный показ
4.2	Акробатика	20	4	16	Контрольный показ
4.3	Силовые упражнения	12		12	Контрольный показ
5	Раздел: «Современный танец»	18	4	14	
5.1	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз»	6		6	Контрольный показ
5.2	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн»	6	2	4	Контрольный показ
5.3	Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп»	6	2	4	Контрольный показ
6	Раздел: «Постановочная работа»	68	8	60	Отчетный концерт, конкурс
6.1	Постановка танцевальных композиций	68	8	60	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	2		2	Отчетный концерт
		216	34	182	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория. Знакомство с планом работы на год. Инструктаж по технике безопасности. Беседа о здоровом образе жизни и правильном питании.

Практика. Танец-поклон с использованием сложных лексических элементов

Раздел 1. «Азбука музыкального движения»

Тема 1.1. «Художественное восприятие музыки. Искусство как образная модель окружающего мира»

Теория. Искусство как образная модель окружающего мира, обогащающая жизненный опыт человека, его знаний и представлений о мире.

Практика. Индивидуальный стиль композитора.

Тема 1.2. «Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки»

Теория. Жанры в музыке

Практика. Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки. Развитие танцевальных жанров и хореографических форм в балетах, неоклассическом балете.

Раздел 2. «Элементы народного танца»

Тема 2.1. «Основные элементы народного танца: «дриби», «переборы», «дробная дорожка»

Практика. Закрепление навыков и знаний четвертого года обучения.

Притопы. «Переборы». «Дробная дорожка». Дробь с подскоком.

Тема 2.2. «Танцевальные комбинации»

Теория. Понятие «русский народный танец». Специфика русского танца.

Практика. Разучивание танцевальных комбинаций русского народного танца.

Раздел 3. «Элементы классического танца»

Тема 3.1. «Экзерсис у палки»

Теория. Методика выполнения упражнений у станка.

Практика. Экзерсис у палки. Исполняются те же упражнения, что используются на четвертом году обучения. Четыре арабеска – основные позы классического танца, большие позы.

Тема 3.2. «Экзерсис на середине зала»

Теория. Методика выполнения упражнений на середине зала.

Практика. Экзерсис на середине зала.

Исполняются те же упражнения, что используются на четвертом году обучения, а так же:

- тур en dehors, en dedans со второй позиции;

Тема 3.3. «Прыжки (аллегро)»

Теория. Методика выполнения прыжков.

Практика. Прыжки.

- Pas jete с продвижением;

- тур в воздухе.

Танцевальные комбинации.

Раздел 4. «Партерная гимнастика»

Тема 4.1. «Стретчинг»

Практика. Упражнения на развитие гибкости

- Шпагаты;

- Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой;

- Широкие стойки на ногах;

- Комплексы ОРУ на развитие выносливости и силы.

- Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах;
- Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

Тема 4.2. «Акробатика. Элементы танцевальной и хореографической подготовки»

Теория. Методика выполнения акробатических упражнений.

Практика. Обучение акробатическим прыжкам. Темповые элементы:

Переворот боком

1. Переворот боком на одну руку
2. Перекидка вперед
3. Перекидка назад
4. Рондат и фляк
5. Вальсет

Тема 4.3. «Силовые упражнения»

Практика. Парная акробатика: силовые упражнения;

- Упоры в парах;
- Стойки в парах;
- Равновесие в парах;
- Построение пирамиды

Раздел 5. «Современный танец»

Тема 5.1. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз».

При составлении танцевальных комбинаций необходимо учитывать технические принципы, заимствованные из джаз танца:

1. Использование в танце поза коллапса (тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперед)
2. Активное передвижение исполнителя в пространстве как по горизонтали, так и по вертикали
3. Изолированные движения различных частей тела
4. Использование ритмически сложных и синкопированных движений
5. Полиритмия танца (центры могут двигаться не только в различных пространственных направлениях, но и в различных ритмических рисунках, метрически независимых друг от друга)
6. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца
7. Индивидуальные импровизации в общем танце

Тема 5.2. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз - модерн»

Теория. Джаз-модерн. Знаменитые джазовые хореографы.

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн».

Тема 5.3. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Хип-хоп»

Теория. Стили хип-хопа. Виды уличных танцев.

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп».

Раздел 6. «Постановочная работа»

Тема 6.1 «Постановка танцевальных композиций»

Теория. Композиционное построение танца. Передача характера, образа через мимику, пластику, движения, жесты.

Практика. Освоение более сложной техники движений и трюковых элементов, что позволяет насыщать танцевальные композиции интересной лексикой, поддержками. Движения приобретают свободу, яркое исполнение заставляет зрителей сопереживать происходящему действию на сцене.

Примеры танцевальных номеров на пятом году обучения: «Достало», «Принцип доброты», «Утренняя» и т.д.

Итоговое занятие

Практика. Отчетный концерт (в течение года подбирается музыкальный материал, композиции, шьются костюмы, участие принимают все ребята).

Планируемые результаты

Предметные:

- будут знать технику исполнения танца «джаз», «джаз-модерн», «хип-хоп», их характерные особенности и отличия, элементы народного танца, особенности постановочно-репетиционной работы, новую терминологию, правил техники безопасности;

- иметь навыки: четкого исполнения «джаз», «джаз-модерн», «хип-хоп», народного, классического, и современного танца, упражнений на развитие осанки, гибкости, натяжения ног, выворотности, подъема стопы и тазобедренного сустава, танцевального шага, устойчивости позиций, мягкости и четкости исполнения, импровизации на основе разножанрового музыкального материала, репетиционной деятельности, концертных и конкурсных выступлений, самостоятельного создания танцевальных этюдов.

Метапредметные:

- будут развиты: внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию, творческие способности, художественный и эстетический вкус, чувство ответственности и самостоятельности, физические данные, выразительность движений.

Личностные:

- будут формироваться: духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальную активность, самооценку, здоровый образ жизни, представления о культуре народа, его истории и традициях, чувство любви и привязанности к своей стране;

- иметь навыки: культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, своему и чужому труду;

6-й год обучения

Задачи

Обучающие:

- познакомить со специальными (расширенными) знаниями, терминологией изучаемых танцевальных направлений;
- продолжить формировать навыки исполнения классического, народного, современного танца, «джаз», «джаз-модерн», «хип-хоп», музыкальность и эмоциональную выразительность, упражнений на развитие осанки, гибкости, натяжения ног, выворотности, подъема стопы и тазобедренного сустава, танцевального шага, устойчивости позиций, мягкости и четкости исполнения, музыкальности, импровизации на основе разножанрового музыкального материала, репетиционной деятельности, концертных и конкурсных выступлений, самостоятельного создания танцевальных этюдов;
- формировать мотивацию к дальнейшему профессиональному развитию и самоопределению.

Развивающие:

- продолжить развивать внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию, творческие способности, художественный и эстетический вкус;
- совершенствовать физические данные, выразительность движений.

Воспитательные:

- продолжить воспитывать дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания; навыки организации своей деятельности;
- продолжить формировать духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальную активность, самооценку;
- продолжить формировать навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, своему и чужому труду, чувство коллективизма;
- приобщать детей к культурному наследию.

Учебный план

№ п/п	Раздел/ Тема	Общее кол-во часов	Теория	Прак- тика	Форма аттестации/ контроля
----------	-----------------	--------------------------	--------	---------------	-------------------------------

	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, контрольный показ
1	Раздел: «Азбука музыкального движения»	4	3	1	
1.1	Художественное восприятие музыки, ее оценка.	2	2		Опрос, контрольный показ
1.2	Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки.	2	1	1	Опрос, контрольный показ
2	Раздел: «Элементы народного танца»	12		12	
2.1	Основные элементы народного танца: «Моталочка», «Веревочка»	6		6	Контрольный показ
2.2	Танцевальные комбинации	6		6	Контрольный показ
3	Раздел: «Элементы классического танца»	60	12	48	
3.1	Экзерсис у палки	20	4	16	Контрольный показ
3.2	Экзерсис на середине зала	20	4	16	Контрольный показ
3.3	Прыжки (аллегро)	20	4	16	Контрольный показ
4	Раздел: «Партерная гимнастика»	50	4	46	
4.1	Стретчинг	18		18	Контрольный показ
4.2	Акробатика	20	4	16	Контрольный показ
4.3	Силовые упражнения	12		12	Контрольный показ
5	Раздел: «Современный танец»	18	4	14	
5.1	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз»	6		6	Контрольный показ
5.2	Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн»	6	2	4	Контрольный показ
5.3	Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп»	6	2	4	Контрольный показ
6	Раздел: «Постановочная работа»	68	8	60	Отчетный концерт, конкурс
6.1	Постановка танцевальных композиций	68	8	60	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	2		2	Отчетный концерт
		216	32	182	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория. Знакомство с планом работы объединения. Инструктаж по технике безопасности. Беседа о здоровом образе жизни и правильном питании.

Практика. Танец-поклон с использованием сложных лексических элементов современного танца.

Раздел 1. «Азбука музыкального движения»

Тема 1.1. «Художественное восприятие музыки. Искусство как образная модель окружающего мира»

Теория. Воплощение в музыкальных произведениях различных явлений природы, образов, чувств, переживаний.

Тема 1.2. «Разнообразие жанров, аранжировка танцевальной музыки» *Теория.* Жанры в музыке

Практика. Средства музыкальной выразительности, воплощающие характеры героев и персонажей. Индивидуальный стиль композитора.

Раздел 2. «Элементы народного танца»

Тема 2.1. «Основные элементы народного танца: «доби», «переборы», «дробная дорожка»

Практика. Закрепление навыков и знаний пятого года обучения.

Притопы. «Ключ». «Веревочка». Дробь с подскоком.

Тема 2.2. «Танцевальные комбинации»

Практика. Разучивание танцевальных комбинаций русского народного танца.

Раздел 3. «Элементы классического танца»

Тема 3.1 «Экзерсис у палки»

Теория. Методика выполнения упражнений у палки.

Практика. *Экзерсис у палки.* Исполняются те же упражнения, что используются на пятом году обучения. Четыре арабеска – основные позы классического танца, большие позы. Изучение танцевальных сложных комбинаций.

Тема 3.2. «Экзерсис на середине зала»

Теория. Методика выполнения упражнений на середине зала.

Практика. Экзерсис на середине зала.

Исполняются те же упражнения, что используются на пятом году обучения, а так же:

- pas de bourre dessus-dessous.

Тема 3.3. «Прыжки (аллегро)»

Теория. Методика выполнения прыжков. Разбор танцевальных комбинаций классического танца.

Практика. Прыжки. Танцевальные комбинации.

Раздел 4. «Партерная гимнастика»

Тема 4.1. «Стретчинг»

Практика. Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

Силовые упражнения.

Упражнения на развитие выносливости и силы

Тема 4.2. «Акробатика»

Теория. Методика выполнения акробатических упражнений.

Практика. Элементы танцевальной и хореографической подготовки:

- Продолжить обучение акробатическим прыжкам;
- Темповые элементы:
 1. Темповый переворот.
 2. Курбет.
 3. Рондат.
 4. Фляк.
 5. Фляк в упор лежа.

Тема 4.3. «Силовые упражнения»

Практика. Силовые упражнения:

1. Упражнения на развитие выносливости и силы;
2. Поддержки;
3. Пирамиды.

Раздел 5. «Современный танец»

Тема 5.1. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз»

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз».

При составлении танцевальных комбинаций необходимо учитывать технические принципы, заимствованные из джаз-танца:

1. Использование в танце поза коллапса (тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперед)
2. Активное передвижение исполнителя в пространстве как по горизонтали, так и по вертикали
3. Изолированные движения различных частей тела
4. Использование ритмически сложных и синкопированных движений
5. Полиритмия танца (центры могут двигаться не только в различных пространственных направлениях, но и в различных ритмических рисунках, метрически независимых друг от друга)
6. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца
7. Индивидуальные импровизации в общем танце

Тема 5.2. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Джаз - модерн»

Теория. Этапы развития, методы, техника джаз-модерн танца.

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «джаз-модерн».

Тема 5.3. «Танцевальные движения и комбинации в стиле «Хип-хоп»

Теория. Особенности танцевального направления хип-хоп.

Практика. Танцевальные движения и комбинации в стиле «хип-хоп».

Раздел 6. «Постановочная работа»

Тема 6.1. «Постановка танцевальных композиций»

Теория. Композиционное построение танца. Передача характера, образа через мимику, пластику, движения, жесты.

Практика. На данном этапе обучающиеся осваивают более сложную технику движений и трюковые элементы, что позволяет насыщать танцевальные композиции интересной лексикой, поддержками.

Примеры постановочных хореографических номеров на данном году обучения: «У реки», «PRO город», «Сквозь туманы» и т.д.

Итоговое занятие

Практика. Отчетный концерт (в течение года подбирается музыкальный материал, композиции, шьются костюмы, участие принимают все ребята).

Планируемые результаты

Предметные:

- будут знать: специальную (расширенную) знаниями, терминологию изучаемых танцевальных направлений;
- иметь навыки: эмоционально-выразительного исполнения классического, народного, современного танца, «джаз», «джаз-модерн», «хип-хоп», исполнения упражнений на развитие осанки, гибкости, натяжения ног, выворотности, подъема стопы и тазобедренного сустава, танцевального шага, устойчивости позиций, мягкости и четкости исполнения, музыкальности, импровизации на основе разножанрового музыкального материала, репетиционной деятельности, концертных и конкурсных выступлений, самостоятельного создания танцевальных этюдов;
- сформируется мотивация к дальнейшему профессиональному развитию и самоопределению.

Метапредметные:

- будут развиты: внимание, воображение, образное и пространственное мышление и фантазию, творческие способности, художественный и эстетический вкус, физические данные, выразительность движений.

Личностные:

- будут формироваться: дисциплинированность, организованность, стремление к правильному выполнению задания, духовно-нравственные принципы, патриотизм, социальная активность, самооценка, представления о культуре народа, его истории и традициях, чувство любви и привязанности к своей стране;
- иметь навыки культуры общения и поведения в социуме (группе, микрогруппе), уважительного отношения друг к другу, своему и чужому труду, чувство коллективизма.

БЛОК 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график (приложение 1)

Режим организации занятий по данной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» - СП 2.4.3648-20 (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 №28).

Всего учебных недель – 36.

Количество учебных часов: 1-й год – 144 ч, 2-й и последующие годы – 216 ч.

Продолжительность (зимних) каникул - 1 неделя (7 дней).

Учебный период - с 9 сентября по 25 мая.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы.

Зал - помещение, в котором проводятся занятия по хореографии должно быть просторное светлое с вентиляцией, оборудовано станками, зеркалами, иметь покрытие для пола, пригодное для танцевальной обуви.

Мат – поролоновое покрытие, используемое для смягчения приземления. Наличие плоских матов обеспечивает безопасность при обучении акробатическим прыжкам и ускоряет процесс их освоения.

Гимнастические коврики.

Музыкальный проигрыватель – для воспроизведения музыкального материала разного формата записи. К музыкальному сопровождению нужно предъявить самые высокие требования и учить этому детей. Музыка должна быть эмоционально выразительной, точно передающей характер движения, ритм и темп. Правильно подобранная музыка играет важную роль в формировании хорошего вкуса.

Ребенок должен иметь *танцевальную форму*. Подготовительная группа: мальчики – лосины, белую майку, мягкую обувь (балетные тапочки, джазовки и т.д.); девочки – гимнастический купальник, лосины, гетры и мягкую обувь. Основные группы: гимнастический купальник, лосины, гетры, танцевальную обувь.

Программно-методическое обеспечение. Программное обеспечение, позволяющее обеспечить связь с электронной информационно-

образовательной средой через сеть интернет и разработку электронных образовательных ресурсов.

Методическое обеспечение: методические указания при выполнении практических заданий, методики начальной, промежуточной диагностики, итоговой аттестации, определения результативности воспитательной деятельности, электронные образовательные ресурсы (ЭОР), цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).

Кадровое обеспечение программы.

Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы. С целью повышения уровня образовательной деятельности в работе с одаренными детьми допускаются занятия двух – трех педагогов в творческом объединении.

2.3.Формы аттестации

В рамках реализации программы ведется мониторинг образовательных результатов, индивидуальных особенностей обучающихся, который отражает уровень:

- психофизического, интеллектуального развития;
- мотивированности;
- информированности и эрудиции в отношении общих знаний и содержания программы, терминологии;
- освоения основных компетенций программы
- творческих способностей,
- воспитанности обучающихся.

Для определения результативности реализации программы используются следующие способы: *педагогическое наблюдение*: активность на занятиях, вовлеченность в проведение мероприятий, заинтересованность в получении новых знаний и умений, *педагогический анализ*: наблюдение по выявлению уровня сформированности общих и специализированных умений и навыков, личностного роста, оценивание полученных знаний, опрос родителей с целью исследования динамики личностного роста ребёнка.

Формы аттестации: опрос, игра-соревнование, контрольный показ, открытый урок, отчетный концерт, конкурс.

Проверка освоения основных компетенций программы проводится постоянно (каждые три месяца), что позволяет объективно оценить степень освоения программы.

Особенно значимы результаты первых трёх месяцев, показывающие степень вовлечённости детей в коллектив и готовности к дальнейшему обучению современным танцам.

По окончании первого этапа обучения:

- в начале года и конце года проводится диагностика (приложение 1);
- каждые три месяца проводятся открытые уроки;
- 1-й год обучения – это подготовительный этап, когда дети постигают основы танцевальной грамотности. Одним из результатов их танцевального развития является концертный номер, с которым дети вступают в ансамбль танца «Орион» (учащиеся должны исполнить детский сюжетный номер).

По окончании второго этапа обучения:

- в начале и в конце года проводится диагностика (приложение 1);
- каждые три месяца проводятся открытые уроки;
- тестирование обучающихся (приложение 2);
- исполнить на отчетном концерте новые хореографические постановки;
- участие в зональных, региональных и Всероссийских конкурсах-фестивалях.
- По окончании третьего этапа обучения:
- в начале и в конце года проводится диагностика;
- каждые три месяца проводятся открытые уроки;
- по окончании года обучения обучающиеся принимают участие в экзаменационной игровой шоу-программе «Танцевальный ринг», в составе жюри которой представлены педагоги ансамбля «Орион» и других танцевальных объединений. По итогам экзамена учащиеся получают оценку;
- участие в городских концертах, фестивалях и конкурсах регионального, Всероссийского и Международного значения.

Для фиксации результатов применяются: аналитические справки, материалы диагностик, фото и видео выступлений, отзывы детей и родителей.

В качестве форм предъявления и демонстрации образовательных результатов используются: открытые занятия, концертные выступления, участие в конкурсах, фестивалях.

Открытые занятия. Отчеты танцевального коллектива планируются или в виде открытых занятий, или как концертное выступление (на первом году обучения – открытое занятие). Основная цель такой проверки – выявление совместно с обучающимися слабых и сильных сторон в развитии каждого из них и группы в целом.

Концертные выступления. Стимулирующим фактором является участие детей в концертах, где и проявляются приобретённые навыки: умение держаться на сцене, донести образ.

Обучающие объединения участвуют в городских, областных концертах.

Участие в конкурсах и фестивалях. 2-4 раза в год выступают на конкурсах-фестивалях детских хореографических коллективов разного уровня, в зависимости от этапа обучения.

2.4 Оценочные материалы (приложение 2)

Для определения психофизического, интеллектуального развития, мотивированности, эрудиции, уровня освоения программы, творческого потенциала, эстетического развития, воспитанности обучающихся применяются диагностические методики:

- развитие познавательных процессов: «Заучивание 10 слов» (А.Р. Лурия), «Запомни и расставь точки»;
- тестовые задания, позволяющие выявить у учащихся уровень освоения теоретического материала;
- наблюдение за учащимися и результативность участия в конкурсах для определения уровня *практических навыков*;
- «Диагностика личностной креативности» (ЕЕ. Туник), «16-факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла» (детский вариант, адаптированный Э.М. Александровской), «Методика определения самооценки детей» (Т.В. Дембо, С.Я.Рубинштейн); «Кактус» (МА. Панфилова); «Цветовой тест Люшера». - для отслеживания личностного развития;
- диагностика воспитанности по методике Н.П. Капустиной, карта наблюдений П.В. Степанова – для определения уровня воспитанности обучающихся.

Результаты заносятся в диагностическую карту.

2.5. Методические материалы (приложение 3)

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы: постепенность в развитии природных способностей детей, строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами, систематичность и регулярность занятий, целенаправленность.

Танцевальный репертуар и физическая нагрузка в программе спланированы с учётом специфики возраста обучаемых, их интересов, уровня интеллектуального и физического развития, что позволяет последовательно реализовывать принцип постепенности обучения, движения от простого к сложному и к ещё более сложному.

Программа состоит из отдельных тематических блоков, но в связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе, границы их сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение танцевальных элементов разных стилей и, одновременно, выполняются задачи физического и музыкального развития.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, современного, джаз-модерн и др. современных танцев, что способствует развитию танцевальности учащихся. Приоритет отдается активным формам обучения. Активно используются информационно-коммуникационные, игровые, здоровьесберегающие технологии, арт-терапия, технологии на основе личностно-ориентированного подхода, дифференцированного обучения (предполагающие организацию занятий с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, на основе активности, самостоятельности).

Технологии	Цели применения
Предметно-ориентированные (дифференцированное обучение): - разноуровневые задания	–Реализация творческих возможностей всех обучающихся
Личностно-ориентированные: - метод проектов	–Создание условий для самостоятельного приобретения недостающих знаний; –Формирование умения пользоваться имеющимися знаниями –Развитие коммуникативных и исследовательских навыков
Эвристического обучения	–Творческая самореализация обучающихся
Диалоговые: - беседы	–Активизация учебно-познавательной деятельности –Духовно-нравственное воспитание –Развитие эстетического вкуса
Игровые: -сюжетно-ролевые игры; - дидактические игры	–Развитие фантазии, воображения, речи; –Воспитание нравственных качеств
Информационно-коммуникационные	–Активизация познавательной деятельности; –Осуществление дифференцированного, индивидуализированного, личностно-ориентированного подхода
Здоровьесберегающие: -релаксационная гимнастика; -зрительная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - динамические паузы в сочетании с обучающим материалом	–Сохранение здоровья, формирование необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни; снятие напряжения
Система инновационной оценки «портфолио»	–Стимулирование положительной мотивации к обучению; –Анализ количественных и качественных результатов –Профориентация
Арт-терапия (сказкотерапия, цветотерапия, музыкотерапия)	–Снимает напряжение, мышечные зажимы, чувство тревоги, агрессии, раскрытие личностных способностей детей.

Используются следующие методы и приемы.

1. *Наглядные:* рассматривание специально подобранных иллюстраций, просмотр видеофильмов, просмотр спектаклей.

2. *Словесные*: беседа, рассказ, пересказ увиденного.

3. *Практические*: упражнения в технике исполнения движений, приемы сопоставления увиденного и исполненного в танце.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- приём тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой приём;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- лекция;
- беседа;
- анализ и обсуждение.
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- приём раскладки хореографического па;
- приём закрепления целостного танцевального движения-комбинации;
- приём словесной репрезентации образа хореографического движения.

Практический метод обогащен комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём;
- детское «сотворчество»;
- соревновательность и переплясность;
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
- комплексный приём обучения;
- выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторности однотипных движений);
- фиксация отдельных этапов хореографических движений;
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- приём пространственной ориентации;
- развитие основных пластических линий;
- музыкальное сопровождение танца как методический приём; • приём художественного перевоплощения.

Кроме того, очень эффективен *психолого-педагогический метод*:

- приём педагогического наблюдения;
- проблемного обучения и воспитания;
- приём индивидуального, дифференцированного подхода к каждому ребёнку;
- приём воспитания подсознательной деятельности;

- прием контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха (релаксация);
- педагогическая оценка исполнения ребёнком танцевальных упражнений.

С точки зрения возрастных психофизиологических особенностей детей, типологических особенностей каждого ребёнка в средней группе обучение носит наглядно-действенный характер с преобладанием наглядных и практических методов (показ; повторность движений; игровой; релаксации; использование пластических образов-метафор).

Обучение танцу в старших группах носит не только наглядно-действенный, но и исследовательский характер, а в младших группах происходит ещё более яркий и интенсивный процесс рефлексорного усиления роли словом и словесными образами, а также осознанностью действий через слово (словесный метод). На этом возрастном этапе роль словесных приёмов обучения танцу повышается. Они опираются на сознание детей (упражнение выполнит лучше и быстрее тот, кто слушает внимательнее, более собран внутренне и т.д.).

Кроме того, в методическом арсенале педагога есть методы специфические приёмы, в которых преобладает хореографическая составляющая (постановочные и исполнительские). Эффективность таких методов-приёмов в разно- и многообразии, в неожиданных комбинационных сочетаниях, в органичном переплетении, в их комплексном воздействии с активным включением в работу как можно большего числа анализаторов-рецепторов ребенка. Тогда они задействуют, возбуждают наибольшее количество мыслей, чувств и эмоций дошкольника, тем самым творчески иницируя, активизируя его к самостоятельным поступкам-действиям.

Направление работы хореографического объединения, его конкретные задачи определяют выбор методов и приемов обучения, индивидуальный состав и подготовка обучающихся каждой группы, вносят коррективы в работу.

Наиболее сложная работа проводится с группой 1-го года обучения. Дети быстро устают, отсутствует техника исполнения, допускают ошибки, забывают пройденное.

Поэтому используются такие приемы, которые делают занятие интересным:

- занятие должны быть разнообразными как по содержанию, так и по набору применяемых методов. Это может быть небольшая беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание музыки и разбор ее, наблюдение за объяснением и показом каких-либо танцевальных элементов педагогом, разучивание и повторение движений, танцев;
- при повторении необходимо избегать однообразности, вносить в знакомое движение элемент новизны;
- предъявлять новые требования, задачи;

- строить процесс обучения на сознательном усвоении знаний и навыков учащимися;
- занятия должны проводиться в динамичном темпе;
- закреплять все навыки, которые вырабатывались ранее.

Разучивание танцев проводится в следующей последовательности:

- вводное слово педагога,
- учитель дает объяснение названия танца (например, «Аллатропия» - соединение микрочастиц в одно целое), его смысловую нагрузку;
- слушание музыки и ее анализ;
- разучивание элементов, движений, переходов и рисунка танца.

Этот метод является традиционным и широко используется при обучении.

Хорошие результаты дает метод, при котором ученики повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога, и лишь затем исполняют самостоятельно. Это позволяет хореографу, фиксируя внимание на тех частях танца, где чаще всего допускаются ошибки, своевременно направлять обучающихся. А дети имеют возможность лучше разобраться в структуре движения, мышечно почувствовать его, быстрее запомнить.

Существует и используется несколько методов разучивания танцевальных движений. Выбор метода зависит от сложности его структуры, входящих в него элементов.

Метод разучивания по частям сводится к делению движения на простые части и разучивание каждой части отдельно с последующей группировкой их в нужной последовательности в единое целое.

Целостный метод разучивания заключается в разучивании движений целиком в замедленном темпе. Этим методом удобно разучивать сложные движения, которые нельзя разложить на отдельные самостоятельные части, при этом можно временно упростить его.

Этот метод заключается в том, что сложная связка сводится к простой структуре и разучивается в таком виде. Затем движение постепенно усложняется, приближаясь к законченной форме.

Занятие делится на три части: подготовительную часть, основную часть и заключительную часть.

В подготовительную часть входят движения из партерной гимнастики, ритмические упражнения, в основную — элементы классического, современного, или джаз-модерн танца, импровизация. Третья часть занятия - создание танцевальной композиции (постановочная работа), разработка хореографической части постановки концертного номера. Однако это не ограничивает вариативности проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей занятия и движений, амплитудой и темпом исполнения движений, содержанием основной части урока. Это зависит от постановочной работы, проводящейся в студии, возраста и степени подготовки группы.

Структура занятия:

- разминка и перестроения;
- общеразвивающие упражнения (на середине зала);
- партерная гимнастика;
- новый материал (термины, элементы танцевальных движений классического и др. танцев);
- импровизация; пластические движения;
- разучивание танцевальных движений;
- подведение итогов занятия.

Важная роль отводится музыкальному оформлению занятия. Музыка важна как положительный фон, помогающий дисциплинировать учащихся, сосредоточить их внимание. Устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несет функцию организатора. Однако этим её влияние не ограничивается, возможности её воздействия на детские личности гораздо шире и объёмнее. Музыка, являясь импульсом к движению, дает эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер, чёткость и законченность исполнения, то есть несёт художественно воспитательную функцию.

Важным элементом является психолого-педагогическое сопровождение, программы. Оно заключается в беседах педагога с детьми, индивидуальных консультациях родителей и детей по вопросам оптимального распределения нагрузки, особенностей питания в день занятий, общения в группе сверстников, а также в сборе информации об индивидуальных особенностях состояния здоровья обучаемых. Проведение таких мероприятий значительно повышает качество прохождения программы и положительно проявляется в результатах аттестации.

Методическое обеспечение

№ п/п	Раздел	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения	Форма аттестации/контроля
	<i>1-й год обучения</i>			
	Вводное занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос
1	Азбука музыкального движения	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ
2	Элементы народного танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Открытый урок Контрольный показ
3	Элементы	Мультимедийное	Словесные,	Открытый

	классического танца	оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	наглядные, практические	урок
4	Импровизация	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
5	Партерная гимнастика	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ. Игросоревнование
6	Постановочная работа	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт
	<i>2-й год обучения</i>			
	Вводное занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос
1	Азбука музыкального движения	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ
2	Элементы народного танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
3	Элементы классического танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
4	Партерная гимнастика	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
5	Современный танец	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
6	Постановочная работа	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер,	Словесные, наглядные,	Отчетный концерт

		электронные, цифровые образовательные ресурсы.	практические	
	<i>3-й год обучения</i>			
	Вводное занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ
1	Азбука музыкального движения	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ
2	Элементы народного танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
3	Элементы классического танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
4	Партерная гимнастика	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	
5	Современный танец	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
6	Постановочная работа	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт
	<i>4-й год обучения</i>			
	Вводное занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ
1	Азбука музыкального движения	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
2	Элементы народного танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
3	Элементы классического танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ

		образовательные ресурсы.		
5	Современный танец	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
6	Постановочная работа	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт
	5-й год обучения			
	Вводное занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ
1	Азбука музыкального движения	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ
2	Элементы народного танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
3	Элементы классического танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
4	Партерная гимнастика	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
5	Современный танец	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
6	Постановочная работа	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт
	6-й год обучения			
	Вводное занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ

1	Азбука музыкального движения	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Опрос, контрольный показ
2	Элементы народного танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
3	Элементы классического танца	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	
4	Партерная гимнастика	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
5	Современный танец	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Контрольный показ
6	Постановочная работа	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт, конкурс
	Итоговое занятие	Мультимедийное оборудование, компьютер, электронные, цифровые образовательные ресурсы.	Словесные, наглядные, практические	Отчетный концерт

2.6. Воспитательный компонент программы (приложение 4)

Воспитание подрастающего поколения в настоящее время является приоритетной задачей, стоящей перед образованием, особенно дополнительным, так как учреждения дополнительного образования обладают наибольшим воспитательным потенциалом в образовательном пространстве, дающим дополнительные возможности для становления личности ребёнка.

Содержание данной программы включает воспитательный модуль (интегрированный в единую Программу воспитания образовательной организации), направленный на создание единого пространства, способствующего формированию высоко духовной и социально-активной личности гражданина и патриота, способной к успешной адаптации в обществе с учетом современных условий и потребностей социального развития, обеспечению позитивной динамики развития личности ребенка, профилактике асоциального поведения, готовности к саморазвитию, мотивации к познанию и обучению, организации интересной и событийно-насыщенной жизни, приобщению детей к культурному наследию.

Дети вовлекаются в мероприятия как внутри объединения, так и учреждения в целом (модули Программы воспитания: «Руководство творческим объединением», «Занятие», «Медиа учреждения», «Организация предметно-эстетической среды», «Самоуправление», «Профориентация»). Наибольшее внимание уделяется мероприятиям, направленным на гражданское, патриотическое, духовно-нравственное, физическое воспитание, воспитание, приобщение детей к культурному наследию, проведение конкурсов, соревнований (модули «Ключевые дела», «Экскурсии, походы»). При этом акцент ставится на развитие творческих способностей детей, умения импровизировать.

Особое значение в этой работе принадлежит активному вовлечению родителей в реализацию воспитательных мероприятий, их просвещение в области детско-родительских и семейных отношений, воспитания детей, мобилизации социокультурного потенциала семьи для создания единой гуманной доброжелательной среды (модуль «Работа с родителями»).

При проведении воспитательных мероприятий используются разнообразные формы организации внеурочной работы, охватывающие основные направления развития личности ребенка: беседы, развивающие игры, тренинги, соревнования, мастер-классы, познавательные, игровые, развлекательные программы, экскурсии, посещение театров, музеев, выставок, акции, праздники, подготовка к участию в творческих конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня, благотворительных, Всероссийских акциях.

В процессе реализации ведется постоянный мониторинг и анализ результатов воспитания, социализации и саморазвития. На основании которого отслеживается динамика личностного развития обучающихся, основными критериями которой являются:

- ценностное отношение к России, своему народу, краю, семье, своему здоровью,
- уровень мотивации обучающихся к занятиям, участию в творческих конкурсах, соревнованиях, фестивальной, проектной, волонтерской деятельности,
- уровень сплоченности коллектива,
- уровень социальной активности, участия в общественно-значимых делах
- уровень вовлеченности родителей в работу объединения,
- низкий процент заболеваемости, отсутствие случаев девиантного поведения.

2.7. Список литературы

Для педагога:

1. Базарова, Н. Азбука классического танца. Первые три года обучения / Н. Базарова, В. Мей. - М.: Искусство, 2024. - 208 с.

2. Базарова, Н. П. Азбука классического танца / Н.П. Базарова, В.П. Мей. - М.: Лань, 2017. - 240 с.
3. Балет. - М.: Астрель, АСТ, 2024. - 152 с.
4. Бахрушин, Ю. А. История русского балета / Ю.А. Бахрушин. - М.: Просвещение, 2018. - 288 с.
5. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М., 2015.
6. Коропова Е.В. Методическое пособие по ритмике. – М., 2014.
7. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. Методические рекомендации. – М., 2016.
8. Васильева, Т.А. Обучение и воспитание младших школьников средствами эстрадного музыкального искусства./ Т.А. Васильева// Начальная школа плюс До и После. – 2017. - №4. – С.50-52.
9. Ваганова А.Х. основы классического танца. – Л. –М., 2004.
10. Деревягина, Е.Д. Активизация учебной и творческой деятельности средствами музыки./ Е.Д. Деревягина// Начальная школа плюс: до и после. – 2016. - №12. – С.37-40.
11. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М., 2016.
12. Гусев С.М. Музыкальное движение. Методическое пособие. – М., 2016.
13. Осеннева, М.С., Безбородова, Л.А. Методика музыкального воспитания младших школьников: учеб. пособие для студ. нач. фак. педвузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2011. – 386с.
14. Ражников В. Резервы музыкальной педагогики. - М.: Знание, 2014.
15. Симановский А. Развитие творческого мышления у детей. - Ярославль: «Академия развития», 2022. – 97 с.
16. Смирнов И. Искусство балетмейстера. - М.: Просвещение, 2014.
17. Роот З.Я. Танцы в начальной школе: практ. пособие/З.Я. Роот. – М.: Айрис-пресс, 2016. – 128с.
18. Сохор, А.Н. Воспитательная роль музыки./ А.Н. Сохор. – Л.: Музыка, 1975.
19. CD-ROM. Лого ритмика. Учебное мультимедиа программное обеспечение для любых типов интерактивных досок, проекторов и иного оборудования. ФГОС ДО. - Москва: Огни, 2023. - 195 с.

Для обучающихся:

1. Кабалевский, Д.Б. Как рассказывать детям о музыке?/ Д.Б. Кабалевский. – М.: Сов. композитор, 2013. – 214с.
2. Пасютинская В. Волшебный мир танца: книга для учащихся. - М.: Просвещение, 2015.

Интернет-ресурсы

1. http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1. Методика партнерного экзерсиса.
2. <http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>. Методические и дидактические разработки по хореографии
3. <http://horeograf.ucoz.ru/blog>. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа.
4. http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletm_ejstery_komplekt_plakatov/1-1-0-3. Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры
5. <http://www.gallery.balletmusic.ru> . Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея
6. <http://www.balletmusic.ru>. Balletmusic: Балетная и танцевальная музыка
7. <http://nghk-nsk.ru>.Новосибирский государственный хореографический колледж
8. <http://www.russianballet.ru>. Журнал «Балет»
9. <http://window.edu.ru/resource/438/51438>. Хореографическое искусство. Государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования (базовый уровень)
10. <http://www.ballet.classical.ru>. Маленькая балетная энциклопедия
11. <https://resh.edu.ru/>. Российская электронная школа (РЭШ) - информационно-образовательная среда, объединяющая ученика, учителя, родителя и открывающая равный доступ к качественному образованию независимо от социокультурных условий.
12. <https://proektoria.online/>. ПроеКТОриЯ - интерактивно-цифровая платформа, созданная для помощи учащимся школ при выборе своей будущей профессии.
13. <https://arzamas.academy/courses>. Арзамас – культурный просветительский проект, на котором бесплатные видео лекции и материалы по литературе, истории, искусству, антропологии, философии и др.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1-й год обучения

№ п /п	Ме- сяц	Чис- ло	Время провед- ения заня- тия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формы контроля/ аттестации
1.				Комбинированное занятие	2	Вводное занятие	Опрос
2.				Комбинированное занятие	2	Ритмические шаги, притопы.	Опрос, контрольный показ
3.				Комбинированное занятие	2	Ритмические шаги, притопы. Жанры музыки.	Опрос, контрольный показ
4.				Комбинированное занятие	2	Ритмические шаги, притопы. Жанры музыки.	Опрос, контрольный показ
5.				Комбинированное занятие	2	Ритмические шаги, притопы. Жанры музыки.	Опрос, контрольный показ
6.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные и ритмические шаги и перестроения.	Опрос, контрольный показ
7.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги и перестроения. Жанры музыки.	Контрольный показ
8.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги и перестроения. Жанры музыки.	Контрольный показ
9.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги и перестроения. Жанры музыки.	Открытый урок
10.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Жанры музыки	Контрольный показ
11.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги и перестроения. Жанры музыки.	Контрольный показ
12.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Элементы русского народного танца.	Открытый урок
13.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ
14.				Комбинированное занятие	2	Танец образ. Азбука музыкального движения.	Контрольный показ

15.				Комбинированное занятие	2	Ритмические шаги. Элементы русского народного танца	Контрольный показ
16.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные шаги. Элементы русского народного танца	Контрольный показ
17.				Комбинированное занятие	2	Ритмические шаги. Элементы русского народного танца	Контрольный показ, опрос
18.				Комбинированное занятие	2	Движение и повороты. Элементы русского народного танца.	Игра-конкурс
19.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Элементы русского народного танца.	Игра -соревнование
20.				Комбинированное занятие	2	Движение и повороты. Элементы русского народного танца.	Игра -соревнование
21.				Комбинированное занятие	2	Движение и повороты. Элементы русского народного танца.	Игра -соревнование
22.				Комбинированное занятие	2	Элементы классического танца.	Контрольный показ
23.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Азбука музыкального движения.	Контрольный показ
24.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ
25.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ
26.				Комбинированное занятие	2	Элементы классического танца. Партерный экзерсис.	Контрольный показ
27.				Комбинированное занятие	2	Элементы классического танца. Детский танец.	Контрольный показ
28.				Комбинированное занятие	2	Элементы русского народного танца. Партерный экзерсис.	Контрольный показ
29.				Комбинированное занятие	2	Элементы русского народного танца. Партерный экзерсис.	Контрольный показ
30.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Партерный экзерсис.	Контрольный показ
31.				Комбинированное занятие	2	Элементы русского народного танца. Партерный экзерсис.	Контрольный показ
32.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Азбука музыкального движения.	Контрольный показ
33.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ

34.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Партерный экзерсис.	Контрольный показ
35.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ
36.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Партерный экзерсис	Контрольный показ
37.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ
38.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Партерный экзерсис.	Контрольный показ
39.				Комбинированное занятие	2	Детский танец. Партерный экзерсис.	Контрольный показ
40.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Партерная гимнастика.	Игра-соревнование
41.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Детский танец.	Контрольный показ
42.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Игровой стретчинг.	Контрольный показ
43.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ
44.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Партерная гимнастика.	Игра-соревнование
45.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Игровой стретчинг.	Контрольный показ
46.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Детский танец.	Контрольный показ
47.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ
48.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Игровой стретчинг.	Игра-соревнование
49.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Азбука музыкального движения.	Контрольный показ
50.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Игровой стретчинг.	Контрольный показ
51.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Элементы русского народного танца.	Контрольный показ
52.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Партерный экзерсис	Игра-соревнование
53.				Комбинированное занятие	2	Игровой стретчинг. Азбука музыкального движения.	Контрольный показ
54.				Комбинированное занятие	2	Игровой стретчинг. Детский танец.	Контрольный показ
55.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Игровой стретчинг.	Контрольный показ
56.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Элементы русского народного танца.	Игра-соревнование
57.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Детский танец.	Контрольный показ
58.				Комбинированное занятие	2	Игровой стретчинг. Азбука музыкального	Контрольный показ

						движения.	
59.				Комбинированное занятие	2	Игровой стретчинг. Детский танец.	Игра-соревнование
60.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Игровой стретчинг.	Игра-конкурс
61.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Элементы русского народного танца.	Игра-конкурс
62.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Детский танец.	Игра-конкурс
63.				Комбинированное занятие	2	Игровой стретчинг. Детский танец.	Игра-конкурс
64.				Комбинированное занятие	2	Игровой стретчинг. Детский танец.	Игра-конкурс
65.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Игровой стретчинг.	Игра-конкурс
66.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Элементы русского народного танца.	Игра-конкурс
67.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Детский танец.	Игра-конкурс
68.				Комбинированное занятие	2	Игровой стретчинг. Детский танец.	Игра-конкурс
69.				Комбинированное занятие	2	Игровой стретчинг. Азбука музыкального движения.	Открытый урок
70.				Комбинированное занятие	2	Партерный экзерсис. Элементы русского народного танца.	Конкурс
71.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Детский танец.	Отчетный концерт, конкурс
72.				Концерт	2	Отчетный концерт	Отчетный концерт

2-й год обучения

№ п /п	Ме сяц	Чис- ло	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формы контроля/ аттестации
1.				Комбинированное занятие	2	Вводное занятие	Опрос
2.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Опрос, контрольный показ
3.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро	Опрос, контрольный показ
4.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ

5.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Контрольный показ
6.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Открытый урок
7.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика	Контрольный показ
8.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро	Контрольный показ
9.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца	Контрольный показ
10.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
11.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Контрольный показ
12.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро	Контрольный показ
13.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
14.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Контрольный показ
15.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
16.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
17.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
18.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца	Контрольный показ
19.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
20.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Контрольный показ
21.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
22.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
23.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
24.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
25.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
26.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
27.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
28.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика	Контрольный показ

29.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
30.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
31.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
32.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
33.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
34.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
35.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Контрольный показ
36.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
37.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
38.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
39.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
40.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
41.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
42.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика	Контрольный показ
43.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
44.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
45.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
46.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
47.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
48.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
49.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ

50.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
51.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
52.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
53.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
54.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
55.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
56.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
57.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Контрольный показ
58.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
59.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
60.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
61.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
62.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
63.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
64.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
65.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
66.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
67.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
68.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
69.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового	Контрольный показ

						танца.	
70.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Контрольный показ
71.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
72.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
73.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
74.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
75.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
76.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
77.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
78.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
79.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
80.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
81.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
82.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
83.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
84.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
85.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Открытый урок
86.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
87.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
88.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
89.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в	Контрольный показ

						танце.	
90.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
91.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
92.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
93.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
94.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
95.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
96.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Открытый урок
97.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Шаги русского танца.	Контрольный показ
98.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
99.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Контрольный показ
100.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
101.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
102.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
103.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
104.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
105.				Комбинированное занятие	2	Партерная парная гимнастика. Основы джазового танца.	Открытый урок
106.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
107.				Комбинированное занятие	2	Основы джазового танца. Эмоции в танце.	Отчетный концерт, конкурс
108.				Концерт	2	Отчетный концерт	Отчетный концерт

3-й год обучения

№ п /п	Ме- сяц	Чис- ло	Время провед ения заня- тия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формы контроля/ аттестации
1.				Комбинированное занятие	2	Вводное занятие	Опрос
2.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения.	Опрос, контрольный показ
3.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения.	Опрос, контрольный показ
4.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
5.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
6.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
7.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Азбука музыкального движения.	Контрольный показ
8.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
9.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
10.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
11.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
12.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения.	Контрольный показ
13.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
14.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
15.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
16.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика	Контрольный показ
17.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Элементы народного танца.	Контрольный показ
18.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
19.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ

20.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
21.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
22.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
23.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
24.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
25.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
26.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
27.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Контрольный показ
28.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Элементы народного танца.	Контрольный показ
29.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
30.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
31.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
32.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
33.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стили джаз. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
34.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
35.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения.	Контрольный показ

						Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	
36.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
37.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
38.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Элементы народного танца.	Контрольный показ
39.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
40.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
41.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
42.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Композиция постановки танца. Эмоции в танце.	Контрольный показ
43.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
44.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
45.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
46.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
47.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
48.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
49.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ

						танце	
50.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Элементы народного танца.	Контрольный показ
51.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
52.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика.	Контрольный показ
53.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
54.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
55.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Композиция постановки танца.	Контрольный показ
56.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
57.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
58.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
59.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
60.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
61.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика.	Контрольный показ
62.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика.	Контрольный показ
63.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Элементы народного танца.	Контрольный показ
64.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
65.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
66.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в	Контрольный показ

						танце	
67.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Композиция постановки танца.	Контрольный показ
68.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
69.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
70.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика	Контрольный показ
71.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
72.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
73.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
74.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
75.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
76.				Комбинированное занятие	2	Азбука музыкального движения. Элементы народного танца.	Контрольный показ
77.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
78.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
79.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
80.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро	Контрольный показ
81.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
82.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
83.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
84.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в	Контрольный показ

						танце	
85.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
86.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
87.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
88.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
89.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
90.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
91.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
92.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
93.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
94.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
95.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
96.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
97.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
98.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
99.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Композиция постановки танца.	Контрольный показ
100.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Комбинации в стиле джаз.	Контрольный показ
101.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
102.				Комбинированное занятие	2	Партерный парный стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ

103.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Комбинации в стиле джаз.	Контрольный показ
104.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
105.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Кроссы, прыжки, вращения. Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце	Контрольный показ
106.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Открытый урок
107.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа. Эмоции в танце.	Конкурс
108.				Концерт	2	Отчетный концерт	Отчетный концерт

4-й год обучения

№ п /п	Ме- сяц	Чис- ло	Время провед ения заня- тия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формы контроля/ аттестации
1.				Комбинированное занятие	2	Вводное занятие	Опрос, контрольный показ
2.				Комбинированное занятие	2	Стретчинг. Партерная гимнастика. Силовая нагрузка.	Опрос, контрольный показ
3.				Комбинированное занятие	2	Стретчинг. Партерная гимнастика. Силовая нагрузка.	Контрольный показ
4.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро	Контрольный показ
5.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Открытый урок
6.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
7.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
8.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ

9.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
10.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Открытый урок
11.				Комбинированное занятие	2	Стретчинг. Партерная гимнастика. Силовая нагрузка.	Контрольный показ
12.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
13.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
14.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
15.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
16.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
17.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
18.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Танцевальные комбинации.	Отчетный концерт, конкурс
19.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа.	Отчетный концерт, конкурс
20.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
21.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
22.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
23.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
24.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
25.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
26.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
27.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-	Контрольный показ

						репетиционная работа	
28.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Танцевальные комбинации.	Контрольный показ
29.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
30.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
31.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
32.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
33.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
34.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
35.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Силовая нагрузка. Акробатика.	
36.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Силовая нагрузка. Акробатика.	Контрольный показ
37.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
38.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
39.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
40.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
41.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Танцевальные комбинации.	Контрольный показ
42.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Силовая нагрузка.	Контрольный показ
43.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
44.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ

						Постановочно-репетиционная работа	
45.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
46.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
47.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
48.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
49.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
50.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
51.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
52.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
53.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
54.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
55.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
56.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
57.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
58.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
59.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
60.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
61.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Силовая нагрузка.	Контрольный показ
62.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Силовая	Контрольный показ

						нагрузка.	
63.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
64.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
65.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
66.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
67.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
68.				Комбинированное занятие	2	Комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
69.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Танцевальные комбинации.	Контрольный показ
70.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
71.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
72.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
73.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
74.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
75.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
76.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
77.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
78.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
79.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
80.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ

81.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика .Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
82.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
83.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
84.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Танцевальные комбинации.	Контрольный показ
85.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
86.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
87.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
88.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
89.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
90.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
91.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
92.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
93.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
94.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика	Контрольный показ
95.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
96.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
97.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
98.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
99.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
100.				Комбинированное занятие	2	Элементы народного танца. Постановочно-	Контрольный показ

						репетиционная работа	
101.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
102.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
103.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
104.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
105.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле хип-хоп. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
106.				Комбинированное занятие	2	Танцевальные комбинации в стиле джаз модерн. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
107.				Комбинированное занятие	2	Постановочно-репетиционная работа	Отчетный концерт, конкурс
108.				Концерт	2	Отчетный концерт	Отчетный концерт

5-й год обучения

№ п /п	Ме сяц	Чис- ло	Время провед ения заня- тия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формы контроля/ аттестации
1.				Комбинированное занятие	2	Вводное занятие	Опрос, контрольный показ
2.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Опрос, контрольный показ
3.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
4.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
5.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
6.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
7.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ

						Постановочно-репетиционная работа	
8.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
9.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
10.				Комбинированное занятие		Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
11.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
12.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
13.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
14.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
15.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
16.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
17.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
18.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
19.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
20.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
21.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
22.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
23.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
24.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
25.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
26.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
27.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ

28.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
29.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
30.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
31.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
32.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
33.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
34.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
35.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
36.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
37.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
38.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
39.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
40.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг . Акробатика.	Контрольный показ
41.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
42.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Акробатика.	Контрольный показ
43.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
44.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
45.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
46.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
47.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
48.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ

49.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
50.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
51.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
52.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
53.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
54.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
55.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
56.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
57.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Стретчинг.	Контрольный показ
58.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро.	Контрольный показ
59.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
60.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
61.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
62.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
63.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
64.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
65.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
66.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
67.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
68.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
69.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
70.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ

						работа	
71.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
72.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
73.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
74.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
75.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
76.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
77.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
78.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
79.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
80.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
81.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
82.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
83.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
84.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
85.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
86.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
87.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
88.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
89.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
90.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
91.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ

92.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
93.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
94.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
95.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
96.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
97.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
98.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
99.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
100.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
101.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
102.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика	Контрольный показ
103.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
104.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
105.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
106.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
107.				Концерт	2	Постановочно-репетиционная работа	Отчетный концерт, конкурс
108.				Концерт	2	Отчетный концерт	Отчетный концерт

6-й год обучения

№ п /п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формы контроля/ аттестации
--------	-------	-------	--------------------------	---------------	--------------	--------------	----------------------------

1.				Комбинированное занятие	2	Вводное занятие	Опрос, контрольный показ
2.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Опрос, контрольный показ
3.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Беседа, контрольный показ
4.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
5.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
6.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
7.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
8.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
9.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
10.				Комбинированное занятие		Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
11.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
12.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
13.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
14.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
15.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
16.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
17.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа.	Контрольный показ
18.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
19.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ

20.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
21.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
22.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
23.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
24.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
25.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
26.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
27.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
28.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
29.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
30.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
31.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
32.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
33.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
34.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
35.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг.	Контрольный показ
36.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
37.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
38.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
39.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
40.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ

						Постановочно-репетиционная работа	
64.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
65.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
66.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
67.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
68.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
69.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
70.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
71.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
72.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
73.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
74.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
75.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
76.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
77.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
78.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
79.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
80.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
81.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
82.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
83.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
84.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ

85.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
86.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
87.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
88.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
89.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
90.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
91.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
92.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
93.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
94.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
95.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Стретчинг.	Контрольный показ
96.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Партерная гимнастика.	Контрольный показ
97.				Комбинированное занятие	2	Хип-хоп танец. Актерский тренинг	Контрольный показ
98.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
99.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
100.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
101.				Комбинированное занятие	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
102.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика	Контрольный показ
103.				Комбинированное занятие	2	Экзерсис у палки и на середине зала. Аллегро. Постановочно-репетиционная работа	Контрольный показ
104.				Комбинированное занятие	2	Партерная гимнастика. Стретчинг. Акробатика.	Контрольный показ
105.				Концерт	2	Джаз-модерн танец. Постановочно-репетиционная работа	Отчетный концерт, конкурс

106.				Концерт	2	Хип-хоп танец. Постановочно-репетиционная работа	Отчетный концерт, конкурс
107.				Концерт	2	Постановочно-репетиционная работа	Отчетный концерт, конкурс
108.				Концерт	2	Отчетный концерт	Отчетный концерт

Оценочные материалы

Диагностическое обследование по выявлению уровня развития усвоения теоретических, практических, творческих способностей проводится методом диагностики, опроса, выполнения практических и творческих заданий, а также методом наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятия. Такое обследование ведется в течение учебного года.

Критерии специальных способностей ребенка

1. Концентрация внимания на объяснениях и действиях педагога, на начале/прекращении аккомпанеента под который выполняются движения.
2. Двигательные навыки, координация
3. Профессиональные физические данные:
 - осанка
 - выворотность ног
 - гибкость тела
 - прыжок
 - устойчивость
 - артистичность и эмоциональность
4. Выполнение простых танцевальных шагов и фигур
5. Коммуникативность

При отборе детей для занятий в танцевальном коллективе обращают внимание на внешние сценические данные ребенка, а также проводят проверку его профессиональных физических данных, таких как выворотность ног, состояние стоп, танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок.

Правильный отбор детей для обучения танцу и успешное решение задач учебно-воспитательной работы возможны только при тщательном изучении их анатомо-физиологических и психологических особенностей. Это позволяет делать меньше ошибок при приеме. Дифференцированный подход к детям с разным уровнем возрастного развития в процессе обучения и воспитания может дать значительный педагогический эффект.

Для определения психофизического, интеллектуального развития, мотивированности, эрудиции, уровня освоения программы, творческого потенциала, эстетического развития, воспитанности обучающихся применяются диагностические методики.

Проверка теоретических знаний

Опрос: «Направления и стили в хореографии»

Форма контроля: опрос.

Цель: выявить уровень осмысления теоретических понятий, закрепление усвоенных знаний.

Вопросы:

1. Назовите большие группы направлений хореографии.
2. Какие направления имеет современная хореография.
3. Назовите древнегреческую богиню танца.
4. Как переводится «классический танец».
5. Как называется разновидность соревнования наиболее часто применяемого в уличных направлениях.
6. Основоположник танца джаз-модерна.
7. Где зародился джаз-модерн танец.
8. Какие есть направления в джаз танце.
9. Вид сценического искусства; спектакль, содержание которого воплощается в музыкально-хореографических образах.
10. Какой направление современного танца используется в мюзиклах.

Тест «Терминология»

1. Plie :
 - а) связующее движение, проведение или переведение ноги;
 - б) приседание.
2. Battement
 - а) размах, биение;
 - б) бросок ноги на месте или в прыжке.
3. Battement tendu:
 - а) отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола;
 - б) движение с ударом, ударное движение.
4. Jete (жете):
 - а) бросок ноги на месте или в прыжке;
 - б) движение с ударом, ударное движение.
5. Rond de jambe par terre:
 - а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;
 - б) круг ногой в воздухе.
6. Battement soutenu :
 - а) раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90° в нужное направление;
 - б) выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение.
7. Battement fondu :
 - а) мягкое, плавное, «тающее» движение;
 - б) движение с двойным ударом.

8. Battement frappe :

- а) бросок ноги на месте или в прыжке;
- б) движение с ударом, или ударное движение.

9. Rond de jambe en l'air :

- а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу;
- б) круг ногой в воздухе.

10. Releve:

- а) «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;
- б) медленный подъем ноги на 90^0 .

11. Relevelent :

- а) «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы;
- б) медленный подъем ноги на 90^0 .

12. Battment developpees

- а) раскрытие, вынимание ноги на 90^0 ;
- б) медленный подъем ноги на 90^0 .

13. Grand battement :

- а) бросок ноги на месте или в прыжке;
- б) большой размах.

14. Passe :

- а) поворот корпуса во время движения;
- б) «проводить, проходить»; связующее движение, проведение, переводение ноги.

15. Sur le cou-de-pied :

- а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной;
- б) связующее движение, проведение или переводение ноги.

16. En dehors :

- а) внутрь, в круг;
- б) наружу, из круга.

17. En dedans :

- а) внутрь, в круг;
- б) наружу, из круга.

18. Demi :

- а) большой;
- б) маленький, небольшой.

19. Grand :

- а) большой;
- б) средний, небольшой.

20. Petit :

- а) маленький;
- б) средний, небольшой.

Ответы к тесту

1. Plie

- б) приседание.

2. Battement

а) размах, биение.

3. Battement tendu

а) отведение и приведение вытянутой ноги, не отрывая носка от пола.

4. Jete

а) бросок ноги на месте или в прыжке.

5. Rond de jambe par terre

а) круговое движение ноги по полу, круг носком по полу.

6. Battement soutenu

б) выдерживать, поддерживать; движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение.

7. Battement fondu

а) мягкое, плавное, «тающее» движение.

8. Battement frappe

б) движение с ударом, или ударное движение.

9. Rond de jambe en l'air

б) круг ногой в воздухе.

10. Releve

а) «приподнимать, возвышать»; подъем на пальцы или полупальцы.

11. Relevelent

б) медленный подъем ноги на 90^0 .

12. Battment developpees

а) раскрытие, вынимание ноги на 90^0 .

13. Grand battement

б) большой размах.

14. Passe

б) «проводить, проходить»; связующее движение, проведение, переводение ноги.

15. Sur le cou-de-pied

а) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной.

16. En dehors

б) наружу, из круга.

17. En dedans

а) внутрь, в круг.

18. Demi

б) маленький, небольшой.

19. Grand

а) большой.

20. Petit

а) маленький.

Диагностика личностной креативности (ЕЕ. Туник)

1. Если я не знаю правильного ответа, то попытаюсь догадаться о нем.
2. Я люблю рассматривать предмет тщательно и подробно, чтобы обнаружить детали, которых не видел раньше.
3. Обычно я задаю вопросы, если чего-нибудь не знаю.
4. Мне не нравится планировать дела заранее.
5. Перед тем как играть в новую игру, я должен убедиться, что смогу выиграть.
6. Мне нравится представлять себе то, что мне нужно будет узнать или сделать.
7. Если что-то не удастся с первого раза, я буду работать до тех пор, пока не сделаю это.
8. Я никогда не выберу игру, с которой другие незнакомы.
9. Лучше я буду делать все как обычно, чем искать новые способы.
10. Я люблю выяснять, так ли все на самом деле.
11. Мне нравится заниматься чем-то новым.
12. Я люблю заводить новых друзей.
13. Мне нравится думать о том, чего со мной никогда не случилось.
14. Обычно я не трачу время на мечты о том, что когда-нибудь стану известным артистом, музыкантом, поэтом.
15. Некоторые мои идеи так захватывают меня, что я забываю обо всем на свете.
16. Мне больше понравилось бы жить и работать на космической станции, чем здесь, на Земле.
17. Я нервничаю, если не знаю, что произойдет дальше.
18. Я люблю то, что необычно.
19. Я часто пытаюсь представить, о чем думают другие люди.
20. Мне нравятся рассказы или телевизионные передачи о событиях, случившихся в прошлом.
21. Мне нравится обсуждать мои идеи в компании друзей.
22. Я обычно сохраняю спокойствие, когда делаю что-то не так или ошибаюсь.
23. Когда я вырасту, мне хотелось бы сделать или совершить что-то такое, что никому не удавалось до меня.
24. Я выбираю друзей, которые всегда делают все привычным способом.
25. Многие существующие правила меня обычно не устраивают.
26. Мне нравится решать даже такую проблему, которая не имеет правильного ответа.
27. Существует много вещей, с которыми мне хотелось бы поэкспериментировать.
28. Если я однажды нашел ответ на вопрос, я буду придерживаться его, а не искать другие ответы.
29. Я не люблю выступать перед группой.

30. Когда я читаю или смотрю телевизор, я представляю себя кем-либо из героев.

31. Я люблю представлять себе, как жили люди 200 лет назад.

32. Мне не нравится, когда мои друзья нерешительны.

33. Я люблю исследовать старые чемоданы и коробки, чтобы просто посмотреть, что в них может быть.

34. Мне хотелось бы, чтобы мои родители и руководители делали все как обычно и не менялись.

35. Я доверяю своим чувствам, предчувствиям.

36. Интересно предположить что-либо и проверить, прав ли я.

37. Интересно браться за головоломки и игры, в которых необходимо рассчитывать свои дальнейшие ходы.

38. Меня интересуют механизмы, любопытно посмотреть, что у них внутри и как они работают.

39. Моим лучшим друзьям не нравятся глупые идеи.

40. Я люблю выдумывать что-то новое, даже если это невозможно применить на практике.

41. Мне нравится, когда все вещи лежат на своих местах.

42. Мне было бы интересно искать ответы на вопросы, которые возникнут в будущем.

43. Я люблю браться за новое, чтобы посмотреть, что из этого выйдет.

44. Мне интереснее играть в любимые игры просто ради удовольствия, а не ради выигрыша.

45. Мне нравится размышлять о чем-то интересном, о том, что еще никому не приходило в голову.

46. Когда я вижу картину, на которой изображен кто-либо незнакомый мне, мне интересно узнать, кто это.

47. Я люблю листать книги и журналы для того, чтобы просто посмотреть, что в них.

48. Я думаю, что на большинство вопросов существует один правильный ответ.

49. Я люблю задавать вопросы о таких вещах, о которых другие люди не задумываются.

50. У меня есть много интересных дел как на работе (учебном заведении), так и дома.

Обработка и интерпретация результатов теста

При оценке данных опросника используются четыре фактора, тесно коррелирующие с творческими проявлениями личности. Они включают Любознательность (Л), Воображение (В), Сложность (С) и Склонность к риску (Р). Мы получаем четыре «сырых» показателя по каждому фактору, а также общий суммарный показатель. При обработке данных используется либо шаблон, который можно накладывать на лист ответов теста, либо сопоставление ответов испытуемого с ключом в обычной форме. Ключ к тесту Склонность к риску (ответы, оцениваемые в 2 балла) • положительные ответы: 1, 21, 25, 35, 36, 43, 44; • отрицательные ответы: 5, 8, 22, 29, 32, 34; •

все ответы на данные вопросы в форме «может быть» оцениваются в 1 балл;

- все ответы «не знаю» на данные вопросы оцениваются в -1 балл и вычитаются из общей суммы. Любознательность (ответы, оцениваемые в 2 балла) • положительные ответы: 2, 3, 11, 12, 19, 27, 33, 37, 38, 47, 49; • отрицательные ответы: 28; • все ответы «может быть» оцениваются в +1 балл, а ответы «не знаю» – в -1 балл. Сложность (ответы, оцениваемые в 2 балла) • положительные ответы: 7, 15, 18, 26, 42, 50; • отрицательные : 4, 9, 10, 17, 24, 41, 48; • все ответы в форме «может быть» оцениваются в +1 балл, а ответы «не знаю» – в -1 балл. Воображение (ответы, оцениваемые в 2 балла) • положительные: 13, 16, 23, 30, 31, 40, 45, 46; • отрицательные: 14, 20, 39; • все ответы «может быть» оцениваются в +1 балл, а ответы «не знаю» – в -1 балл.

В данном случае определение каждого из четырех факторов креативности личности осуществляется на основе положительных и отрицательных ответов, оцениваемых в 2 балла, частично совпадающих с ключом (в форме «может быть»), оцениваемых в 1 балл, и ответов «незнаю», оцениваемых в -1 балл. Использование этой оценочной шкалы дает право «наказать» недостаточно творческую, нерешительную личность. Этот опросник разработан для того, чтобы оценить, в какой степени способными на риск (Р), любознательными (Л), обладающими воображением (В) и предпочитающими сложные идеи (С) считают себя испытуемые. Из 50 пунктов 12 утверждений относятся к любознательности, 12 – к воображению, 13 – к способности идти на риск, 13 утверждений – к фактору сложности. Если все ответы совпадают с ключом, то суммарный «сырой» балл может быть равен 100, если не отмечены пункты «не знаю». Если испытуемый дает все ответы в форме «может быть», то его «сырая» оценка может составить 50 баллов в случае отсутствия ответов «не знаю». Конечная количественная выраженность того или иного фактора определяется путем суммирования всех ответов, совпадающих с ключом, и ответов «может быть» (+1) и вычитания из этой суммы всех ответов «не знаю» (-1 балл). Чем выше «сырая» оценка человека, испытывающего позитивные чувства по отношению к себе, тем более творческой личностью, любознательной, с воображением, способной пойти на риск и разобраться в сложных проблемах, он является; все вышеописанные личностные факторы тесно связаны с творческими способностями. Могут быть получены оценки по каждому фактору теста в отдельности, а также суммарная оценка. Оценки по факторам и суммарная оценка лучше демонстрируют сильные (высокая «сырая» оценка) и слабые (низкая «сырая» оценка) стороны ребенка. Оценка отдельного фактора и суммарный «сырой» балл могут быть впоследствии переведены в стандартные баллы и отмечены на индивидуальном профиле учащегося.

16-факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла
(детский вариант, адаптированный Э.М. Александровской)
Тестовый материал к опроснику Р Кеттелла.

1. Я хорошо понял инструкцию к этому опроснику.
а) да в) не уверен с) нет
2. Я готов как можно искренней ответить на вопросы.
а) да в) не уверен с) нет
3. Я предпочел бы иметь дачу:
а) в оживленном дачном поселке в) нечто среднее с) уединенную, в лесу
4. Я могу найти в себе достаточно сил, чтобы справиться с жизненными трудностями.
а) всегда в) обычно с) редко
5. При виде диких животных мне становится несколько не по себе, даже если они надежно заперты в клетках.
а) да, это верно в) не уверен с) нет, это не верно
6. Я воздерживаюсь от критики людей и их взглядов.
а) да в) иногда с) нет
7. Я делаю людям резкие, критические замечания, если мне кажется, что они этого заслуживают. а) обычно в) иногда с) никогда не делаю
8. Я предпочитаю несложную классическую музыку современным популярным мелодиям.
а) верно в) не уверен с) неверно
9. Если бы я увидел ссорящихся не на шутку соседских детей: а) я предоставил бы им самим выяснить свои отношения в) не знаю, что предпринял бы с) я постарался бы разобраться в их ссоре
10. На собраниях и в компаниях: а) я легко выхожу вперед в) верно нечто среднее с) я предпочитаю держаться в стороне
11. По-моему, интереснее быть:
а) инженером – конструктором в) не знаю, что предпочесть с) драматургом
12. На улице я скорее остановлюсь, чтобы посмотреть, как работает художник, чем стану наблюдать за уличной ссорой.
а) да, это верно в) не уверен с) нет, это не верно
13. Обычно я спокойно переношу самодовольство людей, даже когда они хвастаются или другим образом показывают, что они высокого мнения о себе:
а) да в) верно нечто среднее с) нет
14. Если человек обманывает, я почти всегда могу заметить это по выражению его лица.
а) да в) верно нечто среднее с) нет
15. Я считаю, что самую скучную повседневную работу всегда нужно доводить до конца, даже если кажется, что в этом нет необходимости.

- а) согласен в) не уверен с) не согласен
16. Я предпочел бы взяться за работу:
- а) где можно много зарабатывать, даже если заработки не постоянны в) не знаю, что выбрать с) с постоянной, но относительно невысокой зарплатой
17. Я говорю о своих чувствах:
- а) только в случае необходимости в) верно нечто среднее с) охотно, когда предоставляется возможность
18. Изредка я испытываю чувство внезапного страха или неопределенного беспокойства, сам не знаю от чего.
- а) да в) верно нечто среднее с) нет
19. Когда меня несправедливо критикуют за то, в чем я не виноват:
- а) никакого чувства вины у меня не возникает в) верно нечто среднее с) я все же чувствую себя немного виноватым
20. На работе у меня бывает больше затруднений с людьми, которые:
- а) отказываюсь использовать современные методы в) не знаю, что выбрать с) постоянно пытаюсь что-то изменить в работе, которая и так идет нормально
21. Принимая решения, я руководствуюсь больше:
- а) сердцем в) сердцем и рассудком в равной мере с) рассудком

**Диагностика воспитанности по методике Н.П. Капустиной,
карта наблюдений П.В. Степанова.**

Схема предназначена для использования классными руководителями и включает для оценки 6 качеств личности:

1. Любознательность
2. Трудолюбие
3. Бережное отношение к природе
4. Отношение к школе
5. Красивое в жизни школьника
6. Отношение к себе

По каждому качеству ребенку ставится оценка. В результате каждый ученик имеет 6 оценок, которые затем складываются и делятся на 6. Средний балл и является условным определением уровня воспитанности.

- Нормы оценок: 5-4.5 – высокий уровень
4.4-4 – хороший уровень
3.9-2.9 – средний уровень
2.8-2 – низкий уровень

1 шкала. Любознательность

5б. Учится с интересом. Мечтательный. С интересом находит ответы на непонятные вопросы. Всегда выполняет домашнее задание. Большое стремление получать хорошие отметки.

4б. На уроке работает, положительные и отрицательные ответы чередуются. Домашнее задание не всегда выполняется в полном объеме.

3б. Интерес к учебе проявляет редко. Редко старается находить ответы на непонятные вопросы. Часто приходит с невыполненным домашним заданием.

2б. Интерес к учебе не проявляет. Не пытается найти ответы на непонятные вопросы. Редко выполняет домашнее задание. К оценкам проявляет безразличие.

1б. Учиться не хочет. Оценками не интересуется.

2 шкала. Трудолюбие

5б. Старателен в учебе, внимателен. Помогает другим в делах и сам обращается за помощью. Ответственно относится к дежурству по школе.

4б. Старается быть внимателен, часто помогает другим в делах. Иногда обращается за помощью. Чаще ответственно относится к дежурству по школе.

3б. Редко проявляет старание к учебе. На уроках бывает не внимателен. На призыв о помощи откликается с трудом, сам за помощью обращается лишь в экстренных случаях. Часто проявляет безответственное отношение к дежурству по школе.

2б. Учиться не старается, внимание на уроках рассеянное. От общих дел отстраняется. Дежурства по школе избегает.

1б. Учиться не хочет. В общих делах не участвует. Дежурит по школе только под присмотром учителя.

3 шкала. Бережное отношение к учебе

5б. С удовольствием ухаживает за комнатными растениями, интересуется природой, любит животных. Активен в походах на природу.

4б. Любит ухаживать за комнатными растениями и животными. Участвует в походах на природу.

3б. К растениям и животным подходит только по необходимости. В походы ходит редко. Природу не любит.

2б. За растениями и животными не ухаживает. В походы не ходит. Проявляет варварское отношение к природе.

1б. Проявляет негативное отношение ко всему живому.

4 шкала. Отношение к школе

5б. Полностью выполняет правила для учащихся. В отношении с людьми добр. Активно участвует в делах класса и школы.

4б. Правила для учащихся выполняет не всегда. В общении с людьми избирателен. Активность в делах класса и школы выражена в малой степени.

3б. Требования учителя выполняет частично. В отношениях с детьми не постоянен, переходит от одной группы детей к другой. В делах класса и школы участвует по настоянию учителя.

2б. Пассивен, часто нарушает правила для учащихся. С трудом устанавливает контакт с людьми, чаще избегает других. В делах класса и школы не участвует.

5 шкала. Красивое в жизни школы

46. Чаше аккуратен в делах и опрятен в одежде. Может допустить небрежность вокруг себя. В отношениях с людьми бывает замкнут.

26. Нет стремления к аккуратности и опрятности. Нарушает чистоту и порядок вокруг себя, не поддерживает уют. Замкнут, не стремится к установлению контактов.

6 шкала. Отношение к себе

46. Умеет управлять собой. Редко забывает о соблюдении правил ухода за собой (умыт, причесан). Нет вредных привычек.

26. Редко управляет собой, несдержан. Часто приходит в школу не умытый и не причесанный. Необходим постоянный контроль за мытьем рук.

16. Не управляет собой. Не реагирует на требования соблюдения санитарно-гигиенических правил ухода за собой. Возможна привычка грызть ногти.

Методика определения самооценки детей (Т.В.Дембо, С.Я.Рубинштейн)

Имя, фамилия _____ Возраст _____ Класс _____ Дата _____

<u>здоровый</u>	<u>хороший характер</u>	<u>умный</u>	<u>способный</u>	<u>авторитетен у сверстников</u>	<u>красивый</u>	<u>уверенный в себе</u>
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
<u>больной</u>	<u>плохой характер</u>	<u>глупый</u>	<u>неспособный</u>	<u>презирается сверстниками</u>	<u>некрасивый</u>	<u>не уверенный в себе</u>

ШКАЛЫ В ТЕСТЕ:

МЕТОДИКА ДЕМБО-РУБИНШТЕЙН

Материалы промежуточной диагностики

Цель: выявить результат усвоения общеразвивающей программы и определить уровень эстетического развития детей при занятиях хореографией.

Задачи:

- систематизация знаний обучающихся и определения уровня их подготовленности за отчетный период;
- корректировка общеразвивающей программы по итогам аттестации по отдельным разделам;
- определение эффективности работы педагогического состава в объединении.

Формы проведения промежуточной аттестации:

- Открытые занятия.
- Отчеты танцевального коллектива планируются или в виде открытых занятий, или как концертное выступление (на первом году обучения возможно – открытое занятие). Основная цель такой проверки - выявление совместно с обучающимися слабых и сильных сторон в развитии каждого из них и группы в целом.
- Концертные выступления. Отчетный концерт.
- Обучающие объединения участвуют в муниципальных, зональных концертах. Стимулирующим фактором является участие детей в концертах, где и проявляются приобретённые навыки: умение держаться на сцене, донести образ.
- Участие в конкурсах и фестивалях межрегионального, всероссийского и международного уровня.

2-4 раза в год выступают на конкурсах-фестивалях детских хореографических коллективов разного уровня, в зависимости от этапа обучения.

Репертуарный план

(в составе отчетного концерта в 2-х отделениях)

3-й год обучения. Танцевальные композиции:

- «Случай на пасеке»,
- «Каникулы веселого режима»,
- «Цветы Нимфеи»,
- «С Новым годом»,
- «Дело было вечером»,
- «Весенняя рапсодия»,
- «Город мечты».

4-й год обучения. Танцевальные композиции:

- «Полет»,
- «Вакинг»,
- «Подиум»,

- «Давай раскрасим этот мир»,
- «Живем танцуя».

5-й год обучения. Танцевальные композиции:

- «Покаяние»,
- «Живем танцуя»,
- «Была лишь раз»,
- «Аллатропия»,
- «Подиум»,
- «Девуцы-красавицы»,

6-й год обучения. Танцевальные композиции:

- Танцевальный спектакль «Точка отсчета»,
- «Под прицелом»,
- «Я+ты»,
- «Посторонним вход воспрещен»,
- «Калинка»,
- «Мосты любви»,
- «Сцена для меня»,
- «Между прошлым и будущим».

Диагностическая карта

№ п/ п	Фамилия, имя обучающегося	Теоретические знания, владение и оперирование спец.терминами										Практические умения и навыки																				Творческие способности					Коммуникативные навыки										
		Умение дать обоснованную эстетическую оценку					Умение воспринимать эстетический объект					Музыкальность					Эмоциональная сфера					Пластичность, гибкость					Техника исполнения движений																				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5											
1.																																															
2.																																															
3.																																															
4.																																															
5.																																															
6.																																															
7.																																															
8.																																															
9.																																															
10.																																															
11.																																															
12.																																															
13.																																															
14.																																															
15.																																															
ИТОГО:																																															
	обучающихся:																																														
	уровни																																														
(в %):																																															

Уровни оценивания обучающихся:
(в соответствии делается отметка)

- 1 – низкий
- 2 – ниже среднего
- 3 – средний
- 4 – выше среднего
- 5 – высокий

Расчет среднего показателя по практическим умениям и навыкам:
низкий –
ниже среднего –
средний –
выше среднего –
высокий -

Оцениваемые параметры	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
<i>Теоретическая подготовка обучающихся</i>			
Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана	Соответствие теоретических знаний обучающегося программным требованиям	Низкий уровень -обучающийся не владеет объемом знаний, предусмотренных программой. <i>Ниже среднего</i> – объем усвоенных знаний составляет менее половины. <i>Средний уровень</i> – обучающийся овладел половиной объема знаний, предусмотренных программой. <i>Выше среднего</i> – объем усвоенных знаний составляет более половины. <i>Высокий уровень</i> – освоил практически весь объем знаний.	Опрос
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальных терминов	<i>Низкий уровень</i> – обучающийся, как правило, избегает употреблять специальные термины. <i>Ниже среднего</i> – редкое употребление специальной терминологии. <i>Средний уровень</i> – сочетание специальной терминологии с бытовой. <i>Выше среднего</i> – часто и правильно употребляет изученные термины. <i>Высокий уровень</i> – специальные термины употребляются осознанно и в полном соответствии с их содержанием.	Опрос, практические задания.
<i>Практическая подготовка обучающихся</i>			
Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков обучающихся программным требованиям.	<i>Низкий уровень</i> – обучающийся не владеет предусмотренными умениями и навыками. <i>Ниже среднего</i> – объем составляет менее половины. <i>Средний уровень</i> – обучающийся овладел половиной предусмотренных умений и навыков. <i>Выше среднего</i> – объем усвоенных умений и навыков составляет более половины. <i>Высокий уровень</i> – обучающийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период	Практические задания, наблюдение, анализ выполненных творческих заданий.
Творческие навыки	Креативность в выполнении	<i>Низкий уровень</i> - обучающийся не может выполнить простые	Творческие, практические

	практических и творческих заданий	практические и творческие задания педагога. <i>Ниже среднего</i> – обучающийся выполняет лишь простые задания без элементов творчества. <i>Средний уровень</i> – выполняются простые творческие задания с элементами творчества, прибегает к помощи педагога. <i>Выше среднего</i> – обучающийся выполняет сложные задания, редко обращается за советом к педагогу. <i>Высокий</i> – обучающийся способен самостоятельно выполнять сложные практические задания с элементами творчества.	ие задания.
--	--	---	--------------------

Учебно-методический комплекс

Конспект занятия подготовительной группы

План занятия

Вводная часть занятия:

- приглашение учеников в зал;
- расстановка учеников вдоль станков;
- приветствие, знакомство с педагогом и концертмейстером;
- обход детей и знакомство с их осанкой;
- беседа-диалог о танце;
- знакомство с элементами ритмики: слушание музыки и определение ее характера, темпа и размера; воспроизведение хлопками и притопыванием ритмического рисунка.

Подготовительная часть занятия:

- маршировка вдоль станков сначала бытовым, а затем танцевальным шагом в различных ритмах - в ритме марша, в ритме вальса, в ритме польки, меняя темп и включая паузы;
- вспомогательные упражнения на полу.

Основная часть занятия - азбука классического танца:

- расстановка детей у станка;
- объяснение и разучивание правильного положения тела и его частей при сомкнутых ногах и с разворотом на 90 - 120 градусов;
- знакомство с пятью позициями ног, тремя позициями рук и подготовительным положением рук;
- правильное положение тела в 1 полувыворотной позиции ног.

Заключительная часть занятия - поклон при полувыворотном положении ног.

Перед началом занятий педагог проводит беседу с родителями об одежде детей, о гигиене, причёске, о дисциплине и т.п. Дети занимаются в белых купальниках и мягких балетных туфлях (педагог объясняет, как и где пришиваются на туфлях ленточки).

Описание занятия

Вводная часть занятия. На первом уроке педагог проводит организационную беседу, на которой он говорит о своих требованиях, предъявляемых к ученикам: форма, культура поведения на занятиях. Педагог знакомится с родителями учеников. На первом уроке педагог знакомит учеников с залом, с правилами расположения учеников в танцевальном зале, говорит о постановке корпуса.

После этого педагог начинает знакомиться с каждым учеником, с его профессиональными данными - проверяет осанку, просит показать подъем

ноги на полу в сторону, затем, поднимая ногу своего будущего ученика, определяет высоту шага в сторону, изучает гибкость его тела назад и вперед.

На этом же уроке дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамоты. Им объясняют значение музыки в хореографическом искусстве. Затем их знакомят с музыкальными размерами 4/4, 3/4, 2/4. Хлопая в ладоши и притопывая, они воспроизводят разнообразные ритмические рисунки.

Подготовительная часть занятия. Педагог объясняет детям, что такое бытовой шаг и что такое танцевальный. Педагог знакомит учеников с разными музыкально-танцевальными жанрами: классическим, характерным, историко-бытовым, современным.

Затем вместе с педагогом дети разучивают несколько вспомогательных физических упражнений на полу, для чего, взяв подстилку, располагаются в шахматном порядке на равных расстояниях друг от друга. Сначала выполняются упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, затем – на выворотность ног. Занимаясь партерными упражнениями на подстилках, ученики осваивают технику тех или других движений.

Основная часть занятия – азбука классического танца.

Педагог объясняет детям правильное положение тела и его частей при сомкнутых ногах. При этом следует обратить внимание на следующее:

- тело должно находиться на таком расстоянии от станка, чтобы кисти рук лежали свободно, без упора на палке станка и были на уровне талии;
- четыре пальца руки собраны, большой палец не обхватывает палку, а находится рядом с указательным пальцем, не прижимаясь к нему, запястье кисти опущено;
- руки в локтях слегка согнуты, в области подмышек к телу не прижаты;
- локти отведены слегка в стороны от корпуса;
- ноги сомкнуты так, что бы носок одной ноги был прижат к носку другой, а пятка к пятке, колени и бедра соединены друг с другом;
- стопы должны плотно прилегать к полу, чтобы тяжесть тела равномерно распределялась на обе ноги;
- ноги выпрямлены, бедра подтянуты, коленные чашечки также подтянуты вверх, ягодичные мышцы собраны в области копчика;
- живот слегка втянут, а талия как бы стянута поясом;
- плечи свободно опущены, ключицы расправлены, грудная клетка находится в положении выдоха;
- нижние края лопаток оттянуты вниз, к пояснице.

Для правильной осанки большое значение имеет положение корпуса относительно ног: таз должен быть в центре, позвоночник вытянут, голову следует держать прямо, спокойно и непринужденно, подбородок не должен быть опущен вниз или приподнят вверх, шея не напряжена, все части тела должны быть симметричны.

Педагог проверяет осанку детей, указывает на неправильности постановки тела и отмечает тех, у кого осанка правильная.

Затем педагог знакомит учеников с существующими в классическом танце позициями рук и ног. Им объясняется, что такое правильное положение тела при полувыворотном положении ног. Проверив правильное положение тела и ног, педагог предлагает детям постоять таким образом в течение двух-четырех тактов музыкального аккомпанемента.

В конце занятия следует показать, как делается поклон, когда ноги поставлены в полувыворотное положение.

Дети отходят от станков и поворачиваются лицом к педагогу, разворот ног 120 градусов, за счет *раз-два* голова наклоняется, на счет *три-четыре* – голова поднимается.

Рекомендации по ведению занятия.

К концу второй недели дети обычно уже разучивают вспомогательные упражнения подготовительной части занятия, но еще не могут их качественно выполнить. Для этого требуются время и постоянные дополнительные тренировки дома.

Первое время на занятиях основное внимание уделяется постановке тела в 1, 2, 3 позициях в выворотном положении ног, лицом к станку, придерживаясь двумя руками за палку станка, стоя лицом в центр зала, положив раскрытые руки на палку станка. Особое внимание обращается на постановку стопы в позициях – не допускать навала на переднюю часть ноги. Снимая руки со станка, следует начать тренировать равновесие.

Однако к этому времени не все еще могут стоять выворотно и в 1 и 2 позициях, поэтому допускается разворот ног на 160-170 градусов.

Для выработки равновесия тела большую роль играют правильно поставленные руки, так как они выполняют роль регулятора равновесия.

В дальнейшем значение рук на занятиях классического танца будет возрастать, поскольку они несут также пластическую функцию.

Путем исполнения вспомогательных подготовительных упражнений можно добиться значительного улучшения стоп.

В экзерсисе при вытягивании стопы нужно соблюдать ряд правил: недопустим скос стопы, все пальцы должны быть сгруппированы, все мышцы направлены к среднему пальцу, свод стопы вытянут и щиколотка напряжена.

Все указанные движения в экзерсисе у станка исполняются в 1, 2 или 3 позиции.

Это связано с тем, что можно контролировать и легко устранять навал на большой палец, тем самым добиваться устойчивого положения стопы на полу, а значит, устойчивости тела.

Движения рекомендуется изучать в трех ракурсах:

- стоя лицом к станку, положив руки перед собой на палку станка;
- стоя спиной к станку, раскрыв руки в стороны и положив на станок;
- стоя боком к станку, придерживаясь за него одной рукой.

Важно внимательно следить, как ученик выполняет движения, придерживаясь за станок одной рукой. Необходимо контролировать, на каком расстоянии от станка он стоит, куда кладет кисть опорной руки. Нельзя стоять близко к станку, нельзя удаляться от него. Необходимо точно определить, где ученик должен стоять, для чего следует поставить сначала опорную ногу, а затем положить кисть его руки на палку так, чтобы, не поворачивая головы, ученик мог видеть кисть руки. Локоть при этом опустить. Нельзя разрешать наваливаться плечом на опорную руку, поэтому для контроля время от времени следует предлагать детям приподнимать кисть руки над палкой станка.

Не требовать в течение долгого времени полной выворотности.

Большое внимание необходимо уделять танцевальным элементам, танцам, этюдам. Можно исполнять танцы собственного сочинения – импровизации.

После нескольких недель занятий следует провести родительское собрание. Изложить свои замечания и рекомендации по проведению занятий дома. Некоторые родители пугаются, если на занятиях по хореографии педагог ударяет ученика по коленям или по спине. Следует объяснить, что такими действиями педагог дает почувствовать ученику, как следует выпрямить колени или спину. Следует сказать о необходимости занятий дома. Если ученик устает на занятиях, болят ноги, следует принять ванну или сделать массаж.

Описание основных позиций и танцевальных движений для дошкольников

Исходные позиции ног

Основная стойка — пятки вместе, носки врозь. Для детей старшего возраста носки ног максимально развернуты в стороны (в хореографии — 1-я позиция), для младшего возраста — под углом 45° («домиком»).

«Узкая дорожка» — пятки и носки вместе, ступни ног параллельны (для всех возрастных групп). В хореографии — 6-я позиция.

«Широкая дорожка» — ступни ног — на ширине плеч, параллельны.

Сесть на колени — низко опустившись, сесть на оба колена. Колени крепко прижаты к полу.

Для старшего возраста

2-я позиция — ноги на ширине плеч, только, носки ног максимально развернуты в стороны.

3-я позиция — опорная нога ставится под углом 45°, пятка неопорной ноги приставляется спереди к середине ступни опорной ноги тоже под углом 45°.

4-я позиция — опорная нога ставится так же, как в 3-й позиции. Неопорная нога выставляется вперед на длину небольшого шага под углом 45°.

Находясь в любой из вышеописанных позиций, ноги следует держать прямыми, ягодичные мышцы напряженными, спину прямой, живот

подтянутым, тяжесть тела равномерно распределить на обе стопы, опираясь на пальцы. Полной выворотности стопы в позициях от дошкольников требовать не надо. Достаточно, если носки ног будут развернуты под прямым углом.

Исходные позиции рук

Внизу — руки опущены вдоль тела.

Впереди — руки вытянуты на уровне груди (параллельно полу).

Вверху — руки максимально подняты вверх над головой. В младшем возрасте высота рук произвольная.

В стороны — плечи и руки составляют одну прямую линию.

Руки могут быть **открытыми** — ладонями вверх («к солнышку»).

Руки могут быть **закрытыми** — ладонями вниз (смотрят в пол).

«Поясок» — ладони на талии, большие пальцы — сзади, остальные — впереди. Плечи и локти слегка отведены назад.

«Кулачки на бочок» — пальцы рук слегка сжаты в кулачки, которые ставятся на талию тыльной стороной внутрь.

«Полочка» — руки согнуты в локтях, сложены перед грудью. На левой руке лежит правая (кисть правой руки лежит на локте левой и наоборот).

«Матрешка» — руки «полочкой», указательный палец правой (левой) руки делает «ямочку» на одноименной щеке. Левая (правая) ладонь поддерживает локоть другой руки и чуть отведена вперед (на весу).

«Юбочка» — большим, указательным и средним пальцами (щепотью) обеих рук взять края юбочки и развести руки в стороны - вверх.

«Фартучек» — щепотью прихватить с обеих сторон перед юбочки и приподнять вверх.

За спиной — руки соединены за спиной чуть ниже талии. Ладонь левой руки тыльной стороной лежит в правой ладони. Пальцы слегка сжаты, плечи и локти сведены назад.

Позиции рук в парах

Дети стоят рядом (смотрят в одну сторону)

«Стрелка» — руки соединены в позиции «Вперед». От величины угла меняется название «стрелки»: узкая, широкая.

«Воротики» — руки соединены в позиции «Вверх». Ладонь девочки подкладывается снизу под ладонь закрытой руки мальчика.

«Плетень» — руки соединены крест-накрест.

«Бантик» — то же, но локти округлены и приподняты вперед-вверх, руки не напряжены.

«Саночки» — мальчик стоит перед девочкой к ней спиной и подает ей обе руки назад. Девочка стоит лицом к спине мальчика и берет его за руки.

Дети стоят, соединив одноименные плечи (смотрят в разные стороны)

«Бараночка» - одноименные руки соединены накрест в локтевых сгибах, кисть сжата в кулачок. Свободные руки — в любой из перечисленных ранее позиций.

«Вертушка» — одноименные руки соединены в позиции «Вверх».

Кружатся вертушкой, соединив руки в позиции «Вертушка», двигаются, как бы догоняя друг друга на месте.

«Звездочка» (трое и больше детей) — стоят друг за другом, соединив одноименные руки в позиции «Вверх».

Кружатся «звездочкой» — соединив руки в позиции «Звездочка», двигаются, как бы догоняя друг друга на месте.

«Двойной поясок» — если дети стоят друг к другу левыми плечами, то левыми же руками обхватывают партнера за талию спереди и наоборот. Можно менять плечи на каждую музыкальную фразу.

Дети стоят лицом друг к другу

«Лодочка» — руки соединены в позиции «В стороны». Они раскрыты на уровне груди.

«Воротики» (узкие) — руки соединены вверху, (широкие) — в стороны - вверх.

«Крестик» — руки соединены накрест.

Движения рук

«Ветерок» — плавные перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть.

«Ленточки» — поочередные плавные движения правой и левой рук вверх-вниз перед собой.

«Крылья» — плавные маховые движения руками, разведенными в стороны. Следует помнить, что при подъеме рук кисти опущены, а при опускании рук-«крыльев» локти слегка согнуты, кисти выразительно подняты вверх.

«Поющие руки» — из положения «В стороны» мягким движением кисти направляются навстречу друг другу, словно собирая перед собой упругий воздух. Так же пластично руки разводятся в стороны. Корпус помогает выразительности движения, слегка наклоняясь вперед и затем чуть прогибаясь назад.

«Моторчик» — руки согнуты в локтях перед грудью, ладони крутятся одна вокруг другой. Быстро или медленно.

Хлопки

«Ладушки» — хлопки ладонями впереди или сзади (за спиной) выполняются свободными, не напряженными, согнутыми в локтях руками, двигающимися навстречу друг другу.

«Блинчики» — на «раз» — удар правой ладонью по левой, на «два» — наоборот (кисти расслаблены, стакато), с поворотом кисти.

Хлопки могут быть громкими или тихими, в зависимости от динамики музыкального образа.

«Тарелочки» — младший возраст — «отряхни ладошки», старший возраст — ладони обеих рук имитируют скользящие движения оркестровых тарелок: правая рука с размаху двигается сверху вниз, левая рука — снизу вверх.

«Бубен» — левая ладонь опорная (как бы крышка бубна), пальцы правой руки ударяют по ней. Опорную руку меняют. Удар сильный.

«Колокола» — активные хлопки над головой. Движение яркое, с большим размахом слегка согнутых в локтях ненапряженных рук. Для этого движения необходима полная свобода верхнего плечевого пояса.

«Колокольчики» — мелкие хлопки прямыми пальцами одной руки о ладонь другой. Удары легкие, негромкие. Руки могут быть согнуты в локтях, выпрямлены или подняты в сторону - вверх (вправо или влево). Возможны варианты «колокольчиков», звучащих около правого уха или около левого.

«Ловим комариков» — легкие, звонкие хлопки прямыми ладошками справа, слева от корпуса, сверху и внизу согнутыми в локтях руками.

Хлопки в парах

«Стенка» — ладони согнутых в локтях (вперед) рук идут навстречу рукам партнера. Хлопок выполняется на середине расстояния между детьми.

«Большой бубен» — поочередно один из партнеров держит открытыми ладони согнутых в локтях или вытянутых вперед рук, а другой ударяет по ним своими ладонями.

«Крестики» — техника выполнения та же, что и в «Бубне», только руки партнеров двигаются накрест (правая с правой и наоборот).

Виды шага

Спокойная ходьба (прогулка) — шаг начинается с носка вытянутой правой (левой) ноги, носок развернут в сторону. Амплитуда и длина шага небольшая. Движение рук произвольное (могут быть в любой позиции).

Шаг на всей ступне (топающий) — выполняется с очень небольшим продвижением вперед: колени чуть согнуты, корпус прямой, ноги ставятся на всю ступню с легким притопом, от пола их почти не поднимают, но и не шаркают. Ребенок движется как бы «на колесиках». Руки можно поставить кулачками на пояс.

Хороводный шаг — этот вид шага используется в хороводах. Отличается от простого шага большой плавностью и устремленностью. Устремленный характер придают движению хорошая осанка, приподнятая голова. Движение связано с музыкой неторопливого, спокойного содержания.

Приставной хороводный шаг (без смены опорной ноги) — на «раз» — небольшой шаг с носка правой (левой) ноги, на «два» — носок другой ноги приставляется к пятке опорной и т. д.

Приставной хороводный шаг (с поочередной сменой опорной ноги) — ритмический рисунок шага: две восьмые, четверть. На «раз* — длинный шаг с носка правой (левой) ноги, и на «й» — приставляют левый (правый) носок к пятке опорной ноги. На «два» — шаг на месте с правой (левой) ноги. На следующий такт двигаются с другой ноги.

Шаг кадрили — на «раз» — шаг правой (левой) ногой, на «два» — легкий скользящий удар каблуком другой ноги рядом с опорной. Неопорная

нога после удара каблуком вытягивается вперед, начиная следующий шаг. Этот шаг выполняют с легким полуприседанием на счет «два».

Высокий шаг — нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90°. Носок максимально оттянут вниз (или ступня параллельна полу) «утюжком». Это шаг на месте или с продвижением вперед (в образе петушка, лошадки).

Шаг с притопом на месте — на «раз» делают шаг на месте левой ногой рядом с правой; на «два» — притоп правой ногой впереди левой, без переноса на нее тяжести тела. Затем на «раз» — шаг на месте правой, ставя ее рядом с левой; на «два» — притоп левой впереди правой; все повторяется сначала. Акцент постоянно падает на притоп (на «два»).

Переменный шаг — выполняется на 2 такта в двудольном размере или 1 такт в четырехдольном. В основе шага — хороводный шаг. На «раз» и «два» 1-го такта — длинные поочередные шаги с носка правой (левой) ноги. На «раз» и «два» 2-го такта — три коротких поочередных шага с носка другой ноги. На «и» пауза. Следующий шаг начинается с носка левой ноги.

Боковой приставной шаг — на «раз» — вправо (влево), на «два» — левая (правая) нога приставляется к опорной. Носки ног вместе или врозь, в зависимости от исходного положения («узкая дорожка» или основная стойка).

Боковое припадание — на «раз» — боковой шаг с носка правой (левой) ноги, колено сгибается (как бы маленькое приседание). На «два» — носок другой ноги приставляется к пятке опорной сзади, одновременно колено правой (левой) ноги выпрямляется. Элемент «припадания» выполняют и на месте в «точке» или с поворотом вокруг своей оси («часики»).

Шаг на носках

Пружинящий шаг — это «пружинка» с продвижением на всей ступне.

Крадущийся шаг — это «пружинка» с продвижением на подушечках и низких полупальцах (образ куклы, балерины и т. д.). Движение выполняется только в подготовительной группе.

Боковой шаг («крестик») — на «раз» — шаг в сторону с правой (левой) ноги. На «два» — перед ней накрест ставится левая (правая) нога.

Шаг окрестный вперед-назад («косичка») — хороводный шаг, только ноги ставятся не под углом 45° вправо или влево, а накрест перед правой или левой. При движении этим шагом назад левая нога ставится сзади правой и наоборот.

Семенящий шаг («плавающий») — плавный хороводный шаг с продвижением вперед (назад) на носках. При его выполнении сгибаются только подъемы ног. Исполняется в старшем возрасте.

Прыжки На одной ноге

«Точка» — исходное положение ног — основная стойка, руки в любой позиции. После толчка приземляются в ту же точку, ставя ногу сначала на носок, затем на всю ступню. Другая нога (неопорная) согнута в колене и отведена назад. Опорную ногу меняют.

«Часики» — техника та же, только прыжок выполняется с поворотом вокруг своей оси. Опорная нога равномерно (как стрелка часов) поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребенок должен сделать полный оборот — 360°.

На «раз, два» — левым плечом вперед,
на «три, четыре» — спиной,
на «пять, шесть» — правым плечом,
на «семь, восемь» — лицом.

«Лесенка» — техника та же, что и в «точке», но продвигаясь вперед или назад на определенное количество прыжков (ступенек лесенки).

«Заборчик» — боковой прыжок вправо (на правой) или влево (на левой ноге). Сколько дощечек в заборе, столько и прыжков.

«Солнышко» — техника та же, что и в «точке», только продвигаясь по окружности любого диаметра («вокруг солнышка»).

На двух ногах

Подскок — поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге.

Амплитуда прыжка зависит от характера музыки. Выполняют его на месте, с продвижением вперед или назад, а также с поворотом вокруг своей оси («часики»).

Прыжки с отбрасыванием ног назад — на «раз» — прыжок-«точка» опорной ногой, одновременно неопорная нога сгибается в колене и отбрасывается назад, пяткой кверху. Неопорная нога удерживается на весу или ставится сзади на носок пяткой кверху. На «два» — смена опорной ноги.

«Веселые ножки» (прыжки с выбрасыванием ног вперед) — то правая, то левая нога поочередно часто выбрасываются вперед, как бы хвалясь перед зрителями. Носочек ноги направлен вниз, к полу. Руки — в стороны, ладони смотрят вперед внутренней стороной.

«Качалочка» — исходное положение — ноги вместе. Затем правая нога выносится чуть вперед и как бы толкает левую ногу назад, затем снова выносится вперед, а левая возвращается на место. Движение повторяется непрерывно.

«Ножницы» — на «раз» — толчок, разводят ноги в стороны и приземляются в позицию «Широкая дорожка». На «два» — толчок и скрещивают ноги в «точке» впереди (правая ступня впереди левой и наоборот при повторении).

«Крестик» — на «раз» — толчок и скрещивают ноги в «точке» (правая нога впереди), на «два» — то же самое, только впереди левая нога.

«Метелочка» — то же, что и «качалочка», только со сменой ног.

Боковой галоп — то же, что и боковой приставной шаг, только в прыжке.

Галоп вперед — техника та же, только продвигаются не в сторону, а вперед. На «раз» — толчок и правая (левая) нога выносятся вперед, приземляясь с носка. Носок другой ноги приставляется сзади к пятке опорной ноги. На «два» — повторяют.

«Веревочка» — на «раз» — прыжок-«точка» на левой (правой) ноге, одновременно другая нога ставится сзади и скользящим движением носка по полу выносятся вперед. На «два» — все повторяется с правой (левой) ноги. Этот прыжок выполняют как на месте, так и с продвижением вперед.

Танцевальные движения

Исходное положение для всех вариантов (если не оговаривается дополнительно): ноги в основной стойке, руки в любой позиции.

«Качель маленькая» — дети стоят, взявшись за руки и слегка качая ими из стороны в сторону.

«Качель большая» — то же, только сильно раскачивают руками из стороны в сторону.

«Пружинка» — стоя на месте, легко, часто, непрерывно приседают. Колени при этом слегка разводятся в стороны. Спина — прямая. Это движение выполняют из 6-й позиции ног (на «узкой дорожке»). В этом случае колени ног не разводятся.

Притоп — стоя на левой ноге, ритмично притопывают правой, чуть пружиня обеими.

«Три притопа» (исходное положение — «узкая дорожка») — на месте шаг правой ногой, затем левой и снова правой, чуть притопнув. Повторяется с левой ноги. Движение выполняется ритмично.

Притоп поочередно двумя ногами — техника та же, только на «раз и» — притоп правой (левой) ногой, а на «два и» — левой (правой) ногой.

Притоп в сочетании с «точкой» — пяткой, носком неопорной ноги рядом с опорной или на расстоянии небольшого шага впереди.

Приседание — техника та же, только на «раз» — приседают, на «два» — возвращают в исходное положение. Амплитуда зависит от возраста детей. Полное приседание выполняется только в подготовительной группе. При этом пятки ног отрываются от пола, а колени разводятся в стороны, спина прямая, крепкая.

Полуприседание — выполняется в сочетании с «точкой» — каблуком или носком правой (левой) ноги на расстоянии небольшого шага вперед.

Полуприседание с поворотом корпуса — делают полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 90°. Разворачивая корпус прямо, принимают исходное положение.

«Ковырял очка»:

1-й вариант: правая нога ставится назад на носок, затем выносятся вперед на пятку и на месте — три притопа.

2-й вариант: правую (левую) ногу сгибают в колене и ставят в сторону на носок невыворотно (пяткой вверх), одновременно слегка согнув колено

левой (правой) ноги. Вытягивая прямую правую (левую) ногу, ставят ее на пятку. Делая тройной притоп, начиная с правой (левой) ноги.

«Распашонка» — на «раз» — полу приседают с хлопком «ладушки» согнутыми в локтях руками впереди - вверху. На «два» — выпрямляются и ставят правую (левую) ногу в «точку» впереди - справа на пятку. Одновременно вытягивают руки по диагонали: правая — в сторону - вниз, левая — в сторону - вверх. На 2-й такт то же с другой ноги.

«Самоварчик» — на «раз» — полуприседают и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» — выпрямляют, левую руку вытягивают в сторону - вверх, правой — хлопают по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 90°.

«Елочка» — исходное положение: ноги — «узкая дорожка», руки — «полочка», «поясок» и др. На «раз» — поворачивают ступни ног (отрывая носки от пола) вправо под углом 45°. На «два» — то же, пятки. Движение выполняется как на прямых ногах, так и на «пружинке». Спина прямая.

«Большая гармошка» — ноги вместе. На «раз» — разводят носки в стороны, на «два» — пятки, на «три» — снова разводят носки и на «четыре» — пятки. Затем возвращаются исходное положение в таком же порядке.

«Топотушки» — исходное положение — ноги вместе, чуть присев, руки сжаты в кулачки на поясе (подбоченившись). Часто поочередно топают ногами на месте.

«Рычажок» — ноги на «узкой дорожке». На «раз» — правая рука сгибается в локте и рукой достает до правого плеча, рывком. Одновременно с рукой вверх, сгибаясь в коленке, поднимается первая нога. На «и» — в исходное положение.

Все на «пружинке».

Поворот вокруг себя (кружение) — стоя лицом к зрителям, начинают движение вправо. Легко на носочках поворачиваются на месте вокруг себя и останавливаются в исходном положении.

«Расческа» — дети стоят в шахматном порядке. На расстоянии друг от друга лицом в одном направлении.

1-й вариант: вначале вторая шеренга проходит вперед сквозь первую, останавливаясь чуть впереди. Затем первая (оказавшись позади) проходит вперед сквозь вторую, останавливаясь чуть впереди, и т. д.

2-й вариант: первая шеренга идет назад, одновременно вторая — движется вперед. Обходя друг друга — шеренги меняются местами.

«Играть платочком» — держа платок (сложенный по диагонали) за два угла перед собой на уровне груди, приподнимают поочередно то один, то другой уголок платочка.

Танцевальные движения для мальчиков 6-7 лет:

«Козлик» — исходное положение — правая нога стоит перед левой, руки скрещены перед грудью. Это движение выполняют на прыжке. Прыгая на левой ноге, сильно притопывать правой. На счет «раз» — руки по дуге

раскрываются в стороны - вверх (кулачки слегка сжаты и подняты вверх), на счет «два» — возвращаются в исходное положение.

«Веселые ножки» — положение упор-присев сзади. Ноги часто, резко «выбрасываются» поочередно вперед. Возвращаясь в исходное положение, нога опирается носком о пол.

«Гусиный шаг» — исходное положение — в полуприсяде. Ноги на «узкой дорожке». Широко шагают в полуприсяде на «пружинке». Руками, согнутыми в локтях, махают вперед-назад (следить за осанкой). Продолжительность движения не более 8-ми тактов.

«Волчок» — опираясь о пол ладонью правой руки, вытянув корпус и ноги влево по диагонали, двигаются «семенящим» бегом вокруг своей оси (как циркулем, описывая полный круг). Левая рука — произвольно.

Встать на колено — опускаются на правое колено, левая нога сгибается в виде стульчика. Ступня левой ноги ставится у колена правой ноги.

Поклон

«Русский поклон» — исходное положение ног: 4-я позиция.

Согнув правую руку в локте, касаемся пальцами правой левой плеча. Выпрямляя правую руку, опускаем ее вниз перед собой по траектории дуги, одновременно наклоняя корпус вперед.

Построения

Колонна — дети стоят друг за другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Шеренга — дети стоят рядом друг с другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой.

Цепочка — дети стоят вполоборота друг за другом, держась за руки.

Тест для проверки теоретических знаний учащихся на 3 году обучения.

1. *Кто из танцовщиц стала основоположницей танца в стиле «Модерн»:*

1. Майя Плисецкая
2. Айседора Дункан, амер. танцовщица
3. Анна Павлова – знаменитая русская балерина
4. Галина Уланова.

2. *Сколько позиций ног в классическом танце?*

- А) 3
- Б) 4
- В) 5
- Г) 6 позиций

3. *Гениальный русский композитор Петр Ильич Чайковский написал музыку к балетам:*

- А) «Лебединое озеро»
- Б) «Щелкунчик»
- В) «Спящая красавица»
- Г) «Ноттердам де Пари»

4. *К латиноамериканским бальным танцам относятся:*

- А) Самба
- Б) Румба
- В) Ча-ча-ча
- Г) Джайв
- Д) Вальс.

5. *Сколько позиций рук в классическом танце?*

- А) 2 позиции
- Б) 3 позиции
- В) 5 позиций.

6. *Термин «Plie» (плие) означает:*

- А) прыжки
- Б) наклон корпуса
- В) приседание
- Г) мах ногой

7. *Термин «Battement» (батман) означает:*

- А) прыжки
- Б) отведение ноги вперед, в сторону, назад
- В) махи ногой
- Д) наклон корпуса

8. *Композиторы, чьи музыкальные произведения используются, для работы хореографов:*

- А) С.Прокофьев
- Б) Д.Шостакович
- В) Д. Кабалевский
- Г) И.Бах
- Д) А. Барто

9. *Танец строится по схеме (расставьте цифры по порядку)*

- Развязка
- Кульминация
- Развитие действия
- Завязка

10. *Танец для меня – это ...*

ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ РИНГ «УРА! У НАС ЭКЗАМЕНЫ»

(звучат фанфары)

(визитная карточка ансамбля «Орион» - «Мы из ОРИОНА»)

Ведущий: Добрый вечер, дорогие друзья! Сегодня мы с вами станем свидетелями и участниками одного из ярких событий в жизни ансамбля «Орион» - экзаменов участников коллектива. А принимать будет компетентное жюри

(представление жюри)

- Все студенты знают, что первое впечатление, произведенное на экзаменатора, - это 50% успеха. Итак, первый наш конкурс-экзамен «Представление». Задача капитанов представить свои команды в самом приятном и выгодном свете. Жюри оценивает каждого участника и команду в целом.

- Слово команде № 1 («Ритм»)

- Слово команде № 2 («Грация»)

- Слово команде № 3 («Кулл- герлс»)

(представление команд)

Ведущий: Вот вы и познакомились поближе с каждым участником ансамбля. Слово жюри.

(выставление оценок)

- Как обычно проходит экзамен? Лежат на столе билеты с вопросами. Ученик выбирает один, готовится и отвечает. Но, наверное, вам будет скучно, поэтому мы выбрали систему тестов: это вопрос с 4-мя вариантами ответа. За определенное время вы должны выбрать правильный и сдать жюри.

(раздаются тесты)

- А чтобы наши экзаменаторы и гости не скучали, перед вами выступает танцевальный клуб «Аида», хозяева этого гостеприимного зала.

(танец «Самба»)

- Все знают, что королева хореографии – классический танец. На основах классического танца строится обучение всех будущих танцовщиков, разных танцевальных направлениях. Классический экзерсис – начало всех репетиций коллектива.

Итак, экзамен второй – «Классический экзерсис на середине зала».

(слово жюри)

- Многим кажется, что танцевать так же легко, как ходить. Это мнение обманчиво. Для овладения искусством танца нужно обладать определенными способностями. Например такими, как воображение, творческие способности, ассоциативная память. Сейчас мы должны проверить, обладают ли этими качествами наши конкурсанты.

Следующий экзамен «Танцевальная импровизация» или «Пойми меня».

Условие конкурса:

Составить собственную произвольную танцевальную композицию и исполнить её всей командой.

Но это не так просто. Потому, что 1 участник показывает 2 счёта, 2-ой – повторяет и добавляет ещё 2 счёта и т.д. последний участник танцует всю предыдущую композицию и добавляет свои 2 счёта. В результате у вас должен получиться танец, который исполняет вся команда.

Задание понятно? Начинаем!

(слово жюри)

- В каждом коллективе есть свой заводила, лидер, солист, о котором говорят «за ним в огонь и в воду». Есть такие люди и у нас. Это капитаны команд. Прошу вас на сцену, пришло время проявить свои способности. Следующий экзамен для капитанов.

- Уважаемые капитаны! Поскольку вы специалисты широкого профиля, то должны уметь двигаться в разных направлениях. Экзамен называется «Мастер-класс». Сегодня мастер-класс дают: руководитель ансамбля бального танца «Аида» - Татьяна Булгачёва; руководитель группы «Эйр-Мейс»- Евгений.

(слово жюри)

- Во все времена люди любили сказки! Ведь сказки – это что-то волшебное, удивительное и прекрасное. Рассказать сказку может каждый, а вот станцевать – дело непростое.

Поэтому предлагаем командам собрать все силы и выполнить следующее творческое задание: придумать, поставить и станцевать сказку... А какую, пусть попробует узнать жюри.

Капитаны, подойдите и возьмите карточку с названием вашей сказки. Инвентарь, который вам поможет, находится за кулисами. А пока команды готовятся, для вас танцует ансамбль бального танца «Аида»

(танец «Вальс»)

- Итак, команды готовы.

- Свой творческий подход к сказке демонстрирует команда № 1.

- Свои – па- и чудеса в этом конкурсе демонстрирует команда № 2.

- Свои танцевальные способности демонстрирует команда № 3.

(слово жюри)

(подведение итогов и оглашение результатов)

Вед. – вот и подошел к концу наш экзамен. Мы уверены, что сегодняшнее испытание стало веселым уроком для Вас, уважаемые зрители, и полезным для наших команд.

Были рады мы здесь повстречать всех вас,

Были рада для вас выступать,

Приходите почаще болеть за нас,

Будем вновь в экзамены играть.

Мы говорим вам «До свиданья!»

Но не прощаемся совсем,

Мы говорим вам «До свиданья!»

Но снова будем рады всем.

МАССОВЫЕ ТАНЦЫ

Здравствуй, это я!

«Здравствуй, это я!» даже трудно назвать танцем. Это, скорее, вступление к вечеру танца. Ещё точнее, психологическая разминка перед тем, как начать танцевать. Во всяком случае, после танца-шутки «Здравствуй, это я!» уже никто не боится ни пригласить на танец, ни принимать приглашение, настолько чувствуют себя все непринуждённо и раскованно.

Исходное положение: все становятся в круг, лицом друг к другу.

1-й такт. На 1- шаг с правой ноги вправо.

На 2- приставить левую ногу к правой.

На 3- снова шаг с правой ноги вправо.

На 4- приставить левую ногу к правой.

2-й такт. Повторение движения 1-ого такта, начиная с левой ноги в левую сторону. Два круга сливаются в один.

3-й такт. На 1- снова шаг с правой ноги вправо.

На 2- приставить левую ногу к правой.

На 3- шаг с левой ноги влево, несколько больших, чем до этого.

На 4- приставить к левой ноге правую. Снова образовалось два круга.

4-й такт. На 1,2,3,4, два круга идут навстречу друг другу. Один по часовой стрелке, другой против. При этом на третьем шаге танцующиежимают друг другу руку, а на 4, приставляя правую ногу к левой, называют своё имя. Так что «Здравствуй, это я!» знакомит участников вечера.

Элефант

«Элефант» - в переводе означает «слон». «Элефант» чаще всего исполняется с типичным для массовых танцев построением в линию. Композиция занимает восемь тактов.

В затакте немного присесть. Ноги в шестой позиции. Руки согнуты в локтях на уровне несколько выше талии.

1-й такт. На 1- отвести правую ногу вправо на низкие полупальцы, сохраняя вес тела на левой ноге. Одновременно развести руки в стороны.

На 2- приставить правую ногу к левой. Не перенося на неё вес тела.

На 3,4- повторение движений счёта 1,2.

2-й такт. Повторение движений 1-го такта с левой ноги.

3-й такт. На 1-слегка присесть на левой ноге, отвести назад правую ногу. Руки вытянуть перед собой, голову и корпус немного наклонить вперёд.

На 2- приставить правую ногу к левой, руки согнуть перед собой. Корпус выпрямить, голову приподнять.

На 3,4- повторить движение счёта 1,2.

4-й такт. Повторение движений 3-го такта с другой ноги.

5-й такт. На 1-шаг с левой ноги влево.

На 2- подвести правую ногу к левой, согнув её в колене и немного приподняв над полом.

На 3- отвести правую ногу в сторону, сохраняя вес тела на левой ноге.

На 4- снова подвести правую ногу к левой, как на счёт 2.

6-й такт. Повторение движений пятого такта, но с правой ноги в другую сторону.

7-й такт. На 1- шаг с левой ноги влево.

На 2- «кик» правой ногой.

На 3- шаг с правой ноги вправо.

На 4- «кик» левой ногой.

8-й такт. На 1- проскальзывающий подскок на полупальцах обеих ног влево. Ступни ног вместе.

На 2- аналогичное движение вправо.

На 3,4- подняв руки вверх, сделать два хлопка. Далее танец повторяется.

Бит-топ-слоп

«Бит-топ - слоп» - типичный танец дискотек, он прост по композиции. Но достаточно сложен по манере.

ОПИСАНИЕ ДВИЖЕНИЙ

Исходное положение для 1, 2, 3 движений: партнер и партнерша стоят лицом друг к другу, взявшись за руки, локти согнуты и опущены. Ноги в шестой позиции.

Движение первое- основное движение (один такт)

На 1- сделать шаг левой ногой назад. Вес тела остается на правой ноге. Правое бедро вывести вправо. Руки разогнуть в локтях.

На 2- перенести вес тела на левую ногу. Бедро вывести влево. Правую ногу приставить к левой в шестую позицию. Соединенные руки выпрямить вперед.

На 3- перенести вес тела на правую ногу. Бедро немного вывести вправо и сделать шаг левой ногой вперед, слегка сгибая её в колене.

На 4- перенести вес тела на левую ногу, выпрямляя колено. Бедро вывести влево. Правую ногу приставить к левой в шестую позицию. Слегка сгибая её в колене. Руки согнуть. Локти опустить.

Движение второе – основное движение с переходом (один такт)

На 1,2- то же. Что на 1,2 *основного движения*.

На «и» перенести вес тела на правую ногу.

На 3- сделать шаг левой ногой вперед и немного вправо, оставаясь лицом друг к другу.

На 4 - приставить правую ногу к левой в шестую позицию.

Движение третье- восьмерка (два такта).

Движение партнёры

1-й такт. На 1,2- то же, что и на 1,2 *основного движения*.

На «и» перенести вес тела на правую ногу.

На 3- поднимая вверх правую руку, сделать шаг левой ногой вперед, останавливаясь рядом с партнером.

На 4 – приставить правую ногу к левой в шестую позицию.

2-й такт. На 1,2- повторить первую половину основного движения. Меняя положения рук. Корпус наклонить вперед.

На «и» перенести вес тела на правую ногу.

На 3- поднимая вверх правую руку, сделать шаг левой ногой вперед, поворачиваясь под соединенными руками на 180 вправо и останавливаясь лицом к партнёру.

На 4 – приставить правую ногу к левой в шестую позицию. Руки вернуть в исходное положение.

Партнер исполняет основное движение, но во время поворота партнерши соответственно меняет положение рук.

Движение четвертое – челночный поворот (два такта).

Исходное положение. Девушка стоит рядом с юношей слева от него. Ноги в шестой позиции, руки опущены в низ, левая рука юноши соединена с правой рукой девушки.

Движение партнера.

1-й такт. На 1,2- то же, что на счет 1,2 *основного движения.*

На счет «и» перенести вес тела на правую ногу.

На 3- сделать шаг левой ногой вперед, поворачиваясь на 180 влево. Руки разъединить.

На 4- приставить правую ногу к левой, соединяя правую руку с левой рукой партнерши.

2-й такт. Повторить движение 1-го такта, но на счет «три» сделать шаг левой ногой вперед, поворачиваясь вправо.

Партнерша исполняет все движения с другой ноги, поворачиваясь в другую сторону.

Улыбка

«Улыбку» могут танцевать и петь все, независимо от возраста.

Описание движения.

Исходное положение: танцующие стоят по кругу лицом к центру, взявшись за руки.

1- 4 такты. На 1 каждого такта руки поднять вперед, на 2-опустить и отвести назад.

5- 8-й такты. Хлопки. На 1- разъединить руки и сделать хлопок в ладоши. На 2- отвести согнутые в локтях руки в стороны и сделать хлопок о ладони рядом стоящих партнеров и далее повторить эти движения.

9-10-й такты. Основной ход. На 1,2,3- опустить руки, повернуться направо и сделать три шага вперед (по кругу), начиная с правой ноги. На счет 2 10-го такта – небольшой прыжок на обе ноги вперед.

11-16-й такты. Повторить движение 9-10-го тактов, но в 11-м и 15-м тактах начинать надо с левой ноги.

17-18-й такты. Боковые прыжки. На 1 17-го такта общий круг танцующих делится на пары, причем партнерша поворачивается влево, одновременно партнеры соединяют руки и делают шаг правой ногой вправо. На 2 – небольшой прыжок на обе ноги вправо. Корпус наклонить вправо. Голову повернуть влево.

На 1 18-го такта - шаг левой ногой влево, на 2 повторить прыжок на обе ноги влево.

19-20-й такты. Круговая пробежка. На 1,2,3- бег вперед по окружности по ходу часовой стрелки. Начиная с правой ноги.

На 2 20-го такта, заканчивая полный круг и возвращаясь на свои места, сделать прыжок на обе ноги, останавливаясь лицом друг к другу.

21-22-й такты. Повторить движения 17-18-го тактов.

23-24-й такты. Перход. Общий круг делится на два: внешний и внутренний. Партнеры движутся вперед по линии танца по внутреннему кругу, партнерши - против линии танца по внешнему кругу.

25-32-й такты. Повторить движения 17-24-го тактов, но на 2 32-го такта - все делают прыжок, поворачиваясь лицом в круг.

33-36-й такты. Повторить движения 5-8-го тактов, добавляя к этому движения ног.

37-40-й такты. Поворачиваясь направо, все делают пробежку по кругу вперед, начиная с левой ноги.

На 2 40-го такта все делают прыжок на обе ноги, поворачиваясь лицом в круг.

Весь танец занимает 40 тактов музыкального сопровождения

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ИГРЫ

Цепная реакция, или снежный ком

Звучит музыка. В центре зала танцует только одна пара. Через 8 или 16 тактов по хлопку в ладоши танцующие поворачиваются лицом к стоящим в кругу участникам вечера и быстро выбирают себе нового партнера или партнершу, после чего следует второе приглашение на танец, и в кругу уже танцуют две пары.

Снова раздается команда прекратить танец. Короткий выбор новых партнеров- и в кругу танцуют четыре пары. Игра продолжается, и число танцующих быстро растет, как снежный ком.

Наконец наступает момент, когда танцуют все.

Цепочка (змейка)

Под звуки марша в круг входит ведущий и идет по кругу. Не прекращая движения, он наклоном головы приглашает какую-либо девушку следовать за ним и берет её за руку. Теперь уже по кругу идут двое. Затем девушка приглашает следовать за собой одного из стоящих по кругу юношей. Цепочка быстро растет.

Когда большинство присутствующих вовлечено в змейку и змейка начинает выписывать замысловатые фигуры в зале, марш неожиданно сменяется танцевальной мелодией. Это может быть вальс или любой другой популярный танец. Ведущий поворачивается направо и приглашает стоящую рядом девушку на танец. Аналогично поступают другие партнеры. Цепочка распадается, и весь зал заполняется танцующими.

Невод

Начало этой игры повторяет «Цепочку», описанную выше.

Звучит музыка. Под руководством ведущего по залу идет «цепочка», но далее её действия незаметно заменяются. «Цепочка» неожиданным маневром прорезает стоящих по кругу, выходит за его пределы и возвращается обратно, взяв в «плен-невод» группу участников вечера. Замкнув кольцо, «цепочка» кружит вокруг «пленных» до тех пор, пока они не выполнят предложение ведущего образовать танцующие пары. Затем «цепочка» снова идет по кругу, чтобы взять в свои сети очередную группу участников.

Конкурс трех танцев

«Тот, кто сумеет станцевать три танца подряд, получит приз!»- объявляет ведущий. Круг наполняется большим числом участников. «Первый танец- вальс!»- продолжает ведущий. Никто из участников конкурса, безмятежно кружащихся в вальсе, не беспокоится о его дальнейших этапах. Второй танец- краковяк. Те, кто не знаком с этим танцем, вынуждены выйти из круга. Третий танец должен быть малоизвестный, редко исполняемый танец. Подсказать, какой именно, трудно, так как надо знать аудиторию, в которой проводится эта игра. Вот возможные варианты: вальс, краковяк, липси; танго, вальс- мазурка, сурские ритмы; полька, дружба, импульс; импровизация на бит- ритм, русский лирический, чарльстон.

Исполнившие все три танца, а обычно с этим справляется одна- две пары, получаю приз.

Примерный комплекс упражнений №1 на занятиях гимнастикой

Педагог определяет для каждого ученика его точное место в определенной линии для занятий на ковриках.

1. Упражнение для силы спины и мышц брюшного пресса. «Уголок»

Исходное положение: сидя на полу, спина подтянута, ноги вытянута в коленях и стопе, руки опущены на пол. 2/4: 1-й такт - ноги сгибаются в коленях, стопы вытянуты; 2-й такт - ноги вытягиваются вверх на 45° (уголок); 3-й такт - ноги сгибаются в коленях, стопы вытянуты; 4-й такт - исходное положение (обратить внимание на подтянутое положение корпуса). Упражнение повторяется 4 раза.

2. Упражнение для выворотности и эластичности ног в комплексе с упражнением для мышц спины.

«Складочка»

Исходное положение: сидя на полу, ноги выворотны - «лягушка», корпус подтянут, руки опущены на пол.

3/4: 1-2-й такты - руки поднимаются через стороны в третью позицию;

3-4-й такты - опускаем корпус вниз, «складочка» (ноги выворотны, спина подтянута, руки сохраняют третью позицию);

5-6-й такты - сохраняя третью позицию рук, поднимаем корпус вверх;

7-8-й такты — исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.

3. Упражнение для развития гибкости позвоночника. «Свечка»

Исходное положение: сидя на полу, спина подтянута, руки опущены на пол.

3/4: 1-4-й такты - тяжесть корпуса переносится на спину, ноги сгибаются в коленях и резко вытягиваются вверх, руки поддерживают поясницу, фиксируем положение ног «в воздухе» - «свечка»;

5-6-й такты — ноги сгибаются в коленях;

7-8-й такты - возвращаемся в исходное положение. Упражнение повторяется 4 раза.

4. Упражнение для вытянутости ног «в воздухе».

Исходное положение: лежа на спине, руки вдоль корпуса, колени и стопы вытянуты.

3/4: 1-2-й такты - работающая нога медленно поднимается на 90°;

3-4-й такты - нога, дотянутая в колене и стопе, фиксируется «в воздухе»;

5-6-й такты - нога медленно опускается;

7-8-й такты - исходное положение (следить за вытянутостью всего корпуса). Упражнение выполняется 4 раза поочередно каждой ногой.

5. Grand battement jete (бросок ноги на 90°).

Исходное положение: лежа на спине, руки вдоль корпуса, колени и стопы вытянуты.

2/4: 1-й такт - работающая нога энергично выбрасывается на высоту 90°;

2-й такт - нога медленно опускается в исходное положение. Упражнение выполняется 4 раза правой ногой, 4 раза - левой ногой. Бросок делается легкий, свободный, сильно вытянутой ногой, развернутой и подтянутой в тазобедренном суставе. Неправильное исполнение больших battements чаще всего является результатом преждевременного стремления бросить ногу выше 90°. Пока движение изучается, высота броска более 90° недопустима даже в тех случаях, когда это позволяют природные данные.

Примерный комплекс упражнений № 2 на занятиях партерной гимнастикой

1. Упражнения для мышц спины

Исходное положение: сидя на полу, ноги вытянуты в коленях и стопе, руки опущены на пол. Музыкальный размер 2/4:

1-2-й такт. Корпус вытягивается, подтягивается.

3-4-й такт. Корпус расслабляется. Упражнение повторяется 4 раза.

2. «Складочка»

Исходное положение (упр. № 1).

2/4: 1-2-й такт - руки поднимаются в III поз.

3-4-й такт - сохраняя III позицию «складочка» к ногам (спина подтянутая, ноги вытянуты).

5-6 такт - сохраняя III позицию поднимаем корпус вверх.

7-8 такт - исходное положение. Упражнение выполняется 4 раза.

3. Упражнение для выворотности и эластичности ног

Исходное положение (сидя на полу). «Лягушка»

3/4: При исполнении под музыку этого элемента педагог следит за выворотностью ног и подтянутостью корпуса.

4. Упражнение на напряжение и расслабление всех мышц (лежа на спине).

4/4: 1-й такт — напрячь все мышцы тела. 2-й такт - расслабить все мышцы.

5. Упражнение для гибкости позвоночника

Исходное положение: лежа на животе, руки в упор (кисти возле плеч, локти опущены вниз).

4/4: 1-й такт - отталкиваясь руками от пола, поднимаем корпус вверх, голова прямо.

2 такт - возвращаемся в исходное положение.

Упражнение повторяется 4 раза.

6. Упражнение для силы спины и мышц брюшного пресса («качалочка»).

Исходное положение: лежа на животе, руки в III позиции, корпус подтянут.

2/4, 3/4: Поочередно вверх поднимаются руки (сохраняя III позицию), а затем ноги. Следить, чтобы учащиеся не помогали отталкиваться от

пола руками или ногами.

3/4: Встать около ковриков.

VI позиция ног, руки в подготовительном положении.

Руки через стороны поднимаются в III позицию, «складочка» к ногам (руки сохраняют III позицию, ноги вытянуты в коленях), сохраняя III позицию поднимаем корпус вверх, исходное положение.

Разминочный комплекс:

1 уровень. Голова и шея: наклоны головы; повороты головы; полукруг головой; круговые вращения головой; вытягивание шеи вперёд — назад, из стороны в сторону; составление комбинаций.

2 уровень. Плечи, грудная клетка: поднимание плеч поочерёдно, вместе; подача плеч вперёд - назад: круговые вращения плечами; движения по схеме: крест, квадрат, круг и сдвиг параллельно полу.

3 уровень. Пояс и пелвис: наклон туловища с прямой спиной параллельно полу; перевод прямых рук от корпуса к голове параллельно полу; усиленные наклоны абсолютно прямой спиной; выход через вогнутую спину и согнутые колени в исходную позицию; основные виды движений для разминки тазобедренной части (пелвиса): вперёд — назад; из стороны в сторону; подъём бедра вверх («хип лифт»), спиральное закручивание пелвиса («шимми»); «волны»: вперёд, боковые, назад, вертикальные сверху — вниз, снизу - вверх.

4 уровень. Ноги, руки: работа над выразительностью рук: работа над пальцами, кистями, локтями, плечами - взмахи (плавно и, наоборот, фиксируя каждое промежуточное положение), «волны» во всех направлениях относительно корпуса; составление комбинаций; растяжки ног даются из раздела «Элементы партерного экзерсиса»; прыжки на месте, с продвижением и поворотами в разных ритмических рисунках; попеременное поднимание (бросок) ноги на 90 и больше вперёд, назад, в сторону.

Календарный план воспитательной работы

Название мероприятия/ события	Форма проведения	Сроки проведения
		Сентябрь
Влияние танцев на наше здоровье. Что такое быть красивым?	Беседа	
Кафе именинников «Кто родился летом»	Развлекательно-игровая программа	
		Октябрь
Мы одна команда	Тренинг на сплочение коллектива	
Драматический театр. «Липунюшка»	Просмотр спектакля	
В здоровом теле здоровый дух: Анатомия танцора. Техника дыхания	Беседа. Тренинг	
Крепкое здоровье – крепкая страна	Акция	
		Ноябрь
Краеведческий музей. Выставка «История города Мичуринска. Смутное время»	Экскурсия	
Что такое патриотизм?	Опрос	
Самый ловкий	Физкультурно- спортивные соревнования	
Мы одна команда	Тренинг общения	
День матери	Концертно-развлекательная программа	
		Декабрь
Драматический театр . «Летучий корабль»	Просмотр спектакля	
Посещение литературно-музыкального музея Голицыных	Экскурсия	
Кафе именинников. «Кто родился осенью»	Развлекательная программа	
Новый год в Контрастах	Концертно-развлекательная программа	
		Январь
Культурное наследие. Знакомство с традициями: Рождество Христово	Познавательная-развлекательная программа	
Краеведческий музей. Выставка работ художника Стаса Волостных	Экскурсия	
Драматический театр. «Вверх тормашками»	Просмотр спектакля	
		Февраль
Краеведческий музей. «Защитники нашей Родины»	Познавательная программа	
Что такое патриотизм?	Опрос	
Защитники моей страны	Акция	
Кафе именинников « Кто родился	Игровая программа	

зимой!»		
Повтори элемент	Гимнастический квест	
		Март
Для наших мам	Праздничная программа	
Музей изобразительных искусств им А.М.Герасимова	Экскурсия	
Драматический театр. Просмотр спектакля «Моя Вообразия»	Просмотр спектакля	
Снятие мышечных зажимов (Мичуринский драматический театр. Элеонора Морева, актриса)	Мастер-класс	
100 прыжков на скакалке	Спортивный челлендж	
		Апрель
Драматический театр.«Старая сказка»	Просмотр спектакля	
Этикет. Культура поведения»	Опрос	
Самый креативный шпагат	Челлендж	
Краеведческий музей. Выставка «Мичуринская правда в картинках»	Экскурсия	
		Май
Георгиевская ленточка	Акция	
Драматический театр. «Малыш и Карлсон»	Просмотр спектакля	
Безопасность летом	Познавательно-развлекательная программа	
		Июнь
Парк культуры и отдыха г.Мичуринска	Экскурсия	