Михалёв Иван Сергеевич

Подписано цифровой подписью: Михалёв Иван Сергеевич
Дата: 2025.10.01 11:58:44 +11'00'

Отдел образования Томаринского муниципального округа Сахалинской области

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Центр детского творчества г. Томари Сахалинской области

Принята на заседании
методического совета ЦДТ
от «15» мая 2025 года
Протокол № 5 от 15.05.2025

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ ДО ЦДТ
г. Томари Сахалинской области
_____ А.Л. Аполонина
Приказ № 26 от «15» мая 2025года

Дополнительная общеразвивающая программа Хореографический ансамбль «Ритмы детства»

Уровень освоения программы базовый
Направленность: художественная
Возраст детей –**7-13 лет**
Срок реализации программы – 6 **лет**

Автор- составитель – **Великжанина Ольга Михайловна,**
педагог дополнительного образования

г. Томари
2025

1.КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Для детей занятия хореографией станут действительно потребностью, если создать такую форму организации учебно-воспитательной работы, при которой наиболее продуктивно развивались бы познавательные и художественные интересы воспитанника, выявлялись творческие способности детей с учетом индивидуальности каждого ребенка и законов психологии детского творчества.

Такие качества как уверенность в своих силах, умение концентрироваться и собирать внимание, держаться на публике, думать и действовать в условиях экстремальной ситуации, самостоятельность мышления, высокий интеллект и умение созидать новое необходимы ребенку не только при обучении, но и в жизни.

Ведущие педагогические идеи, ценности, принципы обучения и воспитания, следование которым обеспечивает реализацию целевого назначения программы, - это:

Личностно-ориентированный подход. Принцип предполагает помощь педагога воспитаннику в выявлении своих возможностей, реализации своих интересов.

Преемственность. После изучения элементарных движений танца задания осторожно усложняются. Освоение последующих заданий гораздо легче на основе предыдущих.

Систематичность. Соблюдение дидактического принципа «от простого к сложному», осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком танцевальных движений. Понимание семантики, значений этих движений, умение с их помощью выражать отношение, настроение свое собственное или изображаемого персонажа, а также умение связывать эти «единицы» языка движений в «речевые» построения, включая их в контекст танца. И здесь главное для педагога - целенаправленное обучение их этому языку, в процессе которого дети знакомятся не только с семантикой отдельных движений, но и с принципами их изменения, варьирования, а также простейшими приемами композиции танца.

«Обучение - творчество». Творчество рассматривается в качестве не столько итога обучения, сколько его своеобразного «метода». Относительная кратковременность периодов обучения не позволяет заучивать образцы движений до «жестких» стереотипов. При переходе к творческим заданиям эти образцы остаются еще достаточно пластичными, что облегчает детям их произвольное изменение. В тоже время самостоятельные пробы, варьирующие учебный материал, становятся дополнительным путем его изучения.

Б.В. Асафьев, говоря о музыкальном творчестве детей, считал, что с ними необходимо начинать импровизировать, как только у них накопится некоторое

количество слуховых впечатлений. Аналогичный подход может быть применим и к танцевальному творчеству дошкольников, к которому их необходимо побуждать уже на самых ранних этапах обучения танцу.

Направленность и вид деятельности внутри направленности**:** художественная направленность: хореография.

Актуальность программы заключается в предоставлении реальной возможности развития в детях самостоятельности, инициативности, уверенности в себе, а также формирования умения оперировать приобретенными знаниями и опыта принятия решения.

Программа основана на преимуществах дополнительного образования и предполагает дать детям необходимый уровень знаний, умений, навыков в области современного танца, а также возможность реализовывать свои творческие способности и участвовать в конкурсах.

Новизна программы заключается в: - комплексном подходе к обучению (параллельно идет общее, физическое, духовно-нравственно и эстетическое воспитание). - предоставление обучающимся возможности приобретения не только исполнительского, но и социально-коммуникативного опыта в ходе конкурсно - фестивальной и концертной деятельности коллектива.

Тип программы: разноуровневая

Уровень освоения программы

1 - 2 год обучения – стартовый уровень;

3-6 года обучения – базовый уровень;

Адресат программы – все желающие дети, интересующиеся искусством хореографии, не имеющие медицинских противопоказаний. Возраст: от 7 до 13 лет.

Пол: мальчики и девочки.

Прием в коллектив осуществляется на основе просмотра ребенка (входного мониторинга),знакомства с ним, а также собеседования с родителями.

На 1 год обучения принимаются дети 7 лет, обладающие способностями к занятиям хореографией.

Критериями для прохождения входного мониторинга являются:

1) физические данные (выворотность ног, растяжка, гибкость, координация, устойчивость),

2) наличие основ музыкальной грамоты

3) уровень социальной адаптации ребенка.

Ребенок, желающий заниматься в коллективе, может быть зачислен на второй и последующие годы обучения, если имеет соответствующую хореографическую подготовку. На второй и последующие года обучения возможен дополнительный набор учащихся, уже имеющих соответствующий уровень хореографической подготовки. Прием осуществляется на основе собеседования и предварительного просмотра хореографических умений учащегося по основам классического танца и основам народного танца. Прием осуществляется по результатам собеседования (входного мониторинга).

Объем, срок освоения программы

Период	Продолжительность занятия ,ч	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Кол-во часов в год,ч
1 год обучения	2	2	4	36	144
2 год обучения	2	3	6	36	216
3 год обучения	2-3	3	8	36	288
4 год обучения	2-3	3	8	36	288
5год обучения	2-3	3	8	36	288
6 год обучения	2-3	3	8	36	288
ИТОГО				216	1512

Продолжительность занятий, академический час с учетом санитарных норм

Академический час в соответствии с требованиями СанПиН и учетом возрастных особенностей обучающихся составляет: для детей 7 лет - 30 минут до конца первого полугодия; - 8-13 лет - 45 минут.

Наполняемость групп

1-й год обучения – 10-15 человек, 2-й год обучения – 10-12 человек, 3-й и последующие года – 8-10 человек.

Форма обучения: очная

Форма организации работы с обучающимися- групповая, индивидуальная, парная.

Форма проведения занятий – практическое занятие, концертные выступления, лекция.

Реализация занятий: аудиторные

Язык реализации программы:

Государственный язык РФ – русский

Возможность реализации в сетевой форме: не предусмотрено

Особые условия (для детей с ОВЗ) – не предусмотрено

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

Цель программы – формирование и развитие творческих способностей, общей культуры обучающихся, посредством изучения основ хореографического искусства и знакомства с искусством разных видов танца, а также на формирование культуры здорового образа жизни обучающихся, их личностное развитие и социализацию ребенка к жизни в

обществе.

Задачи:

Метапредметные:

- развить творческие способности — раскрытие хореографических данных через игру, в пластических этюдах, сюжетных танцах и тематических композициях;
- развить творческое мышление, воображение, фантазию;
- познакомить с разнообразным музыкальным материалом и научить создавать сценические образы посредством искусства танца;
- развить психофизические характеристики - укрепление физического здоровья, повышение выносливости растущего организма
- развить хореографические данные (пластичность, шаг, подъем, выворотность);
- развить память и внимание;
- обучить снятию напряжения, «зажимов», комплексов, и раскрепощению.
- развить координацию.

Личностные:

- воспитать творчески активную и целеустремленную личности;
- воспитать уважение к культурам других народов;
- воспитать целеустремленность, трудолюбие, ответственность, собранность, уверенность в своих силах, уважение к творчеству коллег, утверждение позитивного отношения к жизни;
- приобщить обучающихся к здоровому образу жизни;
- профилактика асоциального поведения;
- привить навыки работы в коллективе.

Предметные:

- сформировать систему знаний, умений и навыков по различным направлениям танца;
- обучить детей техниками классического, народно-характерного, историко-бытового и эстрадного танца с учетом их возрастных и физических особенностей;
- расширить кругозор в области музыкальной культуры;
- сформировать навыки ансамблевого хореографического исполнительства;
- научить демонстрировать свои достижения зрителю.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

13.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

	Тема занятий	количество часов теория	количество часов практика	количество часов всего	формы контроля
	Вводное занятие.	2	-	2	наблюдение

	Инструктаж по технике безопасности				
	Ритмика	4	40	44	Открытое занятие
	Гимнастика, растяжки	2	22	24	Открытое занятие
	Изучение элементов классического танца	6	30	36	Открытое занятие
	Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец,		34	34	Отчетный концерт
	Работа с ИКТ		2	2	
	Промежуточная аттестация		2	2	Открытое занятие, концерт
	Итого	14	130	144	

2 год обучения

	Тема занятий	количество часов теория	количество часов практика	количество часов всего	формы контроля
1	Вводное занятие.	1	1	2	Входящий контроль
2	Повторение пройденного материала	2	20	22	Контрольное занятие
3	Гимнастика, растяжки	2	22	24	Открытое занятие
4	Ритмика	1	11	12	Открытое занятие
5	Классический танец	4	46	50	Открытое занятие
6	Русский народный танец	4	48	52	Открытое занятие
7	Танцевальные игры.		6	6	-

8	Репетиционная и постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец		40	40	Отчетный концерт
9	Организационно - массовые мероприятия воспитательного характера		4	4	Фестивали, конкурсы, концерты
10	Работа с ИКТ		2	2	
11	Промежуточная аттестация		2	2	Открытое занятие, концерт
	ИТОГО	14	202	216	

3год обучения

	Тема занятий	количество часов теория	количество часов практика	количество часов всего	Формы контроля
1	Вводное занятие.	2		2	Входящий контроль
2	Повторение пройденного материала	2	14	16	Контрольное занятие
3	Гимнастика, растяжки	2	22	24	Открытое занятие
4	Классический танец. Экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, allegro.	4	30	34	Открытое занятие
5	Народно-характерный танец..(2-е полугодие)	4	22	26	Открытое занятие
6	Изучение элементов русского народного танца	4	30	34	Открытое занятие
7	Постановочная	4	34	38	Отчетный

	работа.				концерт
8	Репетиционная работа		30	30	Открытое занятие
9	Организационно - массовые мероприятия воспитательного характера		6	6	Концерты, конкурсы
10	Работа с ИКТ		4	4	-
11	Промежуточная аттестация		2	2	Открытое занятие, концерт
	ИТОГО	22	194	216	

4 год обучения

	Тема занятий	количество часов теория	количество часов практика	количество часов всего	Формы контроля
1	Вводное занятие.	2		2	Входящий контроль
2	Повторение пройденного материала	4	16	20	Контрольное занятие
3	Гимнастика, растяжки	2	20	22	Открытое занятие
4	Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала, allegro, танцевальная часть	4	46	50	Открытое занятие
5	Народно-характерный танец. Экзерсис, полуприсядки, подготовка к присядкам, этюды	4	46	50	Открытое занятие
6	Изучение элементов	4	40	44	Открытое занятие

	русского народного танца				
7	постановочная работа, детский сюжетный танец, эстрадный танец, народный танец	4	44	48	Отчетный концерт
8	Репетиционная работа		40	40	Отчетный концерт
9	Организационно - массовые мероприятия воспитательного характера		6	6	Фестивали, конкурсы, гастроли и т.д.
10	Работа с ИКТ		4	4	Подготовка презентаций, рефератов, докладов
11	Промежуточная аттестация		2	2	Открытое занятие, концерт
	ИТОГО	24	264	288	

5 год обучения

	Тема занятий	количество часов теория	количество часов практика	количество часов всего	**Формы контроля**
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2		2	Входящий контроль
2	Повторение пройденного материала	2	14	16	Контрольное занятие
3	Гимнастика, растяжки	2	20	22	Открытое занятие
4	Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала,	4	46	50	Открытое занятие

	adagio, allegro				
5	Народно-характерный танец. Экзерсис, полуприсядки, подготовка к присядкам, этюды.	4	46	50	Открытое занятие
6	Изучение элементов русского народного танца	4	40	44	Открытое занятие
7	Танцевальная импровизация		12	12	Открытое занятие
8	постановочная работа, эстрадный, народный танец	4	40	44	Отчетный концерт
9	Репетиционная работа	4	32	36	Отчетный концерт
10	Организационно - массовые мероприятия воспитательного характера		6	6	Фестивали, конкурсы, гастроли и т.д.
11	Работа с ИКТ		4	4	
12	Промежуточная аттестация		2	2	Открытое занятие, концерт
	ИТОГО	26	262	288	

6 год обучения

	Тема занятий	количество часов теория	количество часов практика	количество часов всего	**Формы контроля**
1	Вводное занятие.	2		2	Входящая диагностика
2	Повторение пройденного материала	2	14	16	Контрольное занятие

3	Классический танец. Экзерсис у станка, на середине зала,adagio, allegro	4	46	50	Открытое занятие
4	Народно-характерный танец. Экзерсис, полуприсядки, подготовка к присядкам, этюды	4	46	50	Открытое занятие
5	Изучение элементов русского народного танца	4	44	48	Открытое занятие
6	Постановочная работа.	2	46	48	Открытое занятие
7	Репетиционная работа		40	40	Отчетный концерт
8	Танцевальная импровизация	2	16	18	Отчетный концерт
9	Концерты, конкурсы		10	10	Открытое занятие
10	Работа с ИКТ		4	4	Фестивали, конкурсы, гастроли и т.д
11	Итоговое занятие		2	2	Открытое занятие, концерт
	ИТОГО	20	268	288	

1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1год обучения

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория.

- История возникновения танца.

- Выявление данных ребёнка.
- Инструктаж по технике безопасности:
- Правила поведения на уроке.
- Пожарная безопасность
- Дорожная безопасность

2. Азбука классического танца:

Теория. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук.

Практика.

- Позиции ног: 1,2,3,4,5.
- Позиции и положения рук.
- Учебное положение кисти в позициях рук.
- Постановка корпуса на середине зала.
- Постановка тела (корпуса, ног, рук и головы) в I полувыворотной позиции ног (разворот стоп 90°-120°).
- Полупозиции рук.
- Позиции рук и их постановка (I, II, III).
- Понятие опорной и работающей ноги. Понятие вытягивания носка.
- Battementtendu из I позиции лицом к станку.
- Постановка тела во 2 и 3 позициях у станка.
- Повороты головы (у станка и на середине).
- Позиции рук и их комбинации.
- Demiplié по 1 и 2 позициям лицом к станку

3. Ритмика:

Теория.

Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры. Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Такт и затакт.

Практика:

Изучение элементов народного танца

- танцевальный шаг с носка, на полупальцах.
- танцевальный бег, бег с поднятием коленей.
- подскоки, па галопа.
- боковой шаг с приставлением ноги и с выводом
- ноги на носок перед собой.

Упражнения на координацию движений:

Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:

- наклоны головы вперед, назад и в стороны;
- повороты головы вправо, влево;

- круговые движения головой по полукругу и по целому кругу;
- вытягивание шеи вперед и в стороны;
- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;
- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно

Упражнения для рук:

- подъем и опускание вверх-вниз,
- разведение в стороны;
- сгибание рук в локтях;
- круговые движения «мельница»;
- круговые махи одной рукой и двумя вместе;
- отведение согнутых в локтях рук в стороны.

Упражнения для кистей рук:

- сгибание кистей вниз, вверх;
- отведение вправо, влево;
- вращение кистей наружу, внутрь,

Упражнение для ног:

- полуприседания;
- подъем на полупальцы;
- подъем согнутой в колене ноги;
- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед в сторону - то же с приседанием;
- отведение ноги, выпады вперед и в стороны;
- выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях;
- комбинации хореографических упражнений.

Упражнения для корпуса:

- наклоны вперед, в сторону;
- перегибы назад;
- повороты корпуса «пилка»;
- круговые движения в поясе;
- смещение корпуса от талии в стороны;
- расслабление и напряжение мышц корпуса
- упражнения для развития устойчивости.

Фигурная маршировка.

- Различные построение рисунков и фигур.
- Развитие ориентировки в пространстве, чувства музыкального ритма и ритмичности движения. Использование различных видов шагов.

Виды рисунков:

- круг
- змейка;
- цепочка;
- колонна;
- шеренга;
- диагональ;

- зигзаг.
- сужение и расширение круга

Различные виды прыжков на месте:

- на обеих ногах;
- на одной (по два, четыре, восемь на каждой);

Бег:

- легкий, высокий, острый, мелкий, широкий
- легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях;
- подскоки
- галоп

Коллективно – порядковые упражнения:

- «Часики»
- Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.
- Танцевальные шаги с носка.
- Приставной хороводный шаг.
- Ходьба по разметкам.
- Построения в цепочку, в круг.

4. Музыкальные подвижные игры

Теория. Объяснение правил игры. Понятие «зеркальность». Актерская игра. Изучение понятий «правой» и «левой» части тела.
Практика. Проведение игр: «Зеркало», «Паровозик», «Змейка», «Рожицы» и др.

5. Гимнастика
Теория: Устное теоретическое объяснение всех упражнений.
Практика:
1. Разминка (разогрев)
2. Упражнения для стоп

Лежа на полу:

- сократить и вытянуть стопы по I прямой позиции;
- поднять ноги на 45°, сократить и вытянуть стопы по I прямой позиции;
- круговые движения стоп (вытянуть стопы по I прямой позиции, сократить стопы, развернуть стопы в I выворотную позицию, вытянуть стопы по I выворотной позиции);

Сидя на коленях:

- пятки плотно прижаты друг к другу (I прямая позиция), руки в положении упора у коленей спереди на полу: опираясь на руки, поднять бедра с одновременным вытягиванием коленей обеих ног и, упираясь на подъемы ног, вернуться в исходное положение;

Сидя на пятках на полу (стопы обеих ног в I выворотной позиции);
Стоя на полу по I прямой позиции:

- поставить ногу на полупальцы, перевести на вытянутые пальцы, вернуться в исходное положение (исполнять поочередно с каждой ноги);

- подъем (relevé) на полупальцы на обеих ногах с возвращением в исходное положение.

3. Упражнения на развитие выворотности

Лежа на спине:

- развернуть ноги из I прямой в I выворотную позицию;

«Лягушка»:

- лежа на спине;
- лежа на животе;
- сидя на полу:
- с наклоном корпуса вперед.

4. Упражнения на развитие гибкости

Лежа на животе:

- «колечко»;
- «корзиночка»;
- «лодочка».
- «Кошечка»;
- « Мостик» из положения: - лежа на спине.

5. Упражнения на развитие шага

Лежа на спине:

- медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 90° вперед с опусканием в исходное положение;
- резкие броски вытянутых ног в выворотном положении на 90° вперед (4-8 раз правой ногой, 4-8 раз левой ногой);
- подъем вытянутых ног в выворотном положении на 90° и разведение (раскрывание) ног в стороны до положения «шпагат».

Сидя на полу с открытыми (разведенными) ногами в сторону:

- наклоны корпуса вперед с вытянутыми стопами;
- наклоны корпуса вперед с поворотом туловища к правой и левой ноге с вытянутыми стопами.

Шпагаты: - прямой (поперечный); - с правой ноги, с левой ноги.

6. Прыжки - трамплинные прыжки по I прямой позиции;

- подскоки на месте и с продвижением;
- перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением («лошадки»);
- прыжки по I выворотной позиции с сокращенными стопами «пингвинчики»;
- прыжки с поджатыми ногами по I прямой позиции;
- прыжки с разведением вытянутых в воздухе ног в сторону («козлик»);
- прыжки с поворотом вокруг себя на четверть круга (90°).

7. Общеразвивающие упражнения

Силовые упражнения для мышц живота:

- качать пресс корпусом, ногами;
- сидя на полу, держать уголок.

Силовые упражнения для мышц спины:

- лежа на животе, подъем и опускание корпуса с руками открытыми в сторону или вытянутыми вперед;
- лежа на животе, подъем и опускание ног (руки вытянуты вдоль туловища ладонями вниз на полу).

Упражнения для развития равновесия (устойчивости)

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА
2 год обучения

1. **Вводное занятие**

Теория. Знакомство с программой второго года обучения. Инструктаж по технике безопасности при занятиях хореографией. Общие правила безопасности и личной гигиены.

2. **Русский народный танец**

Введение в предмет «Русский танец»

Теория

- Сказки, былины, игры русского народа. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы
- история возникновения русского танца; Первоначальное знакомство учащихся с народно – характерным танцем. Проучивание простейших элементов русского танца. На пройденном материале составляются несложные комбинации на 8-16 тактов. Принципы исполнения простых притопов. Принципы исполнения простых присядок мальчиков.

Практика:

Основные элементы и движения русского танца

- основное положение рук, ног;
- 1. Позиции ног: - открытые (выворотные); - прямые (невыворотные).
- 2. Позиции рук: - I, II, III, подготовительное положение, - руки на талии
- раскрывание и закрывание рук,
- поклон « поясной» (на месте);
- «бытовой» шаг (вперед, назад);
- шаг с притопом;
- «переменный» шаг вперед
- припадание по I прямой позиции,
- подготовка к дробям: притопы;
- удары каблуком, п/пальцами;
- боковое движение: «ёлочка», «гармошка»;
- шаг с притопом;
- шаг в одну «ножку» (подготовка);
- комбинирование шагов;
- подготовка к вращению (на месте)
- Навыки обращения с платочком

Вид русского танца – «хоровод»

- простые рисунки хоровода: «линия», «круг», «диагональ»;
- усложненные рисунки: «змейка», «ручеек»;
- этюдная работа.

В конце второго года назначается контрольного занятия урок с отметкой, на котором учащиеся демонстрируют свои знания по пройденному материалу.

Требования к контрольному занятию

За время обучения учащиеся должны приобрести следующие знания, умения и навыки:

- знать историю возникновения русского танца;
- знать позиции рук, ног, названия всех проученных шагов, ходов, движений;
- уметь исполнять простейшие комбинации на шагах и ходах русского танца с включением боковых движений;
- уметь исполнять простые дробные ходы музыкально, ритмически верно в характере заданной музыки, передавая манеру и настроение;
- уметь выполнять движения русского танца по заданному преподавателем рисунку;
- владеть навыками исполнения вида русского танца – хоровод.

Классический танец:

Теория: Освоение основных танцевальных понятий (выворотность, вытянутый носок и др.).

Практика:

Экзерсис у станка (первое полугодие)

- Позиции ног – I, II, III.Музыкальный размер: 4/4, 3/4. Для правильного усвоения стоять в каждой позиции 4 такта при музыкальном размере 4/4 или 8 тактов при музыкальном размере 3/4 .
- Позиции рук – подготовительное положение, I, II, III (изучаются сначала у станка, затем на середине зала).
- Demi-plie - I, II, III позиции.Муз. размер 4/4. Сначала движение исполняется на 2 такта, затем на 1 такт.
- Battement tendu: - с I позиции в сторону, вперед, назад (муз.размер 4/4; сначала движение исполняется на 2 такта, затем на 1 такт);
- passe par terre(муз.размер 4/4, сначала на 2 такта, затем на 1такт).
- Понятие en dehors и en dedans.
- Releve на полупальцы по I, II позициям с вытянутых ног и с demi-plie. Муз.размер: 4/4, 3/4. Исполняется на 1 такт 4/4, или на 2 такта 3/4.
- I port de bras. Муз.размер 4/4, 3/4. Исполняется на 1 такт 4/4, или на 2 такта 3/4.
- Перегибания корпуса назад, позднее в сторону (стоя лицом к станку).

Экзерсис на середине зала

- Demi-plie - I, II, III позиции enface.
- I port de bras.
- Releve на полупальцы по I, II позициям с вытянутых ног и с demi-plie.

Ритмика.

Теория. Повторение материала первого года обучения с увеличением темпа и разнообразием мелодий.

Практика. Весь материал первого года обучения повторяется в ускоренном теммпе и разнообразием мелодии**.**

Ходьба (шаги):

- на всей стопе;
- на полупальцах;
- на пятках;
- с высоким подниманием бедра;
- с высоким подниманием бедра на полупальцах.

Бег:

- с вытянутыми ногами вперед на месте и в продвижении;
- с согнутыми ногами назад на месте и в продвижении;
- с высоким подниманием бедра «лошадки»;
- галоп в продвижении в сторону из прямой позиции.

Упражнения для рук:

- круговые движения рук кистью, локтем, всей рукой;
- упражнения для плеч: поочередные и одновременные поднимания и опускания плеч, круговые движения плеч, движения плеч вперед-назад;
- «ножницы» и «замок».

Упражнения для ног:

- полуприседания по I прямой позиции с последующим подъемом на полупальцы;
- из положения I прямой позиции (руки на поясе) правая нога, сгибаясь в колене, медленно с вытянутым подъемом поднимается по левой ноге (passé) и возвращается в исходное положение;
- из положения I прямой позиции (руки переводятся в разные положения) правая нога, сгибаясь в колене, медленно с вытянутым подъемом поднимается по левой ноге (passé) и возвращается в исходное положение;
- «солдатики»: (резкий подъем рабочей ноги с одновременным резким подниманием рук одна в сторону - другая к груди);
- полное приседание по I прямой позиции (пятки отрываются от пола);

  Повороты и наклоны корпуса: - вперед, назад, вправо, влево, круговые движения.

  Прыжки - трамплинные прыжки по I прямой позиции;
- прыжки с поджатыми ногами по I прямой позиции;
- прыжки с разведением вытянутых в воздухе ног вперед-назад со сменой ног;
- прыжки с разведением вытянутых в воздухе ног в сторону («козлик»);

- прыжки с поворотом вокруг себя на половину круга (180°) и целый круг (360°);
- прыжки на координацию движений со сменой положения рук; с хлопками;
- прыжки со скакалкой.

3. **Гимнастика (Parterre)**

Теория. Правильность исполнения упражнений на ковриках. Техника безопасности при выполнении движений. Музыкально грамотное начало и конец упражнений.

Практика. Упражнения первого года обучения повторяются с увеличением темпа и разнообразием мелодий.

Разминка (разогрев)

1.Упражнения для ног:

- полуприседания по I прямой позиции с последующим подъемом на полупальцы;
- из положения I прямой позиции (руки на поясе) правая нога, сгибаясь в колене, медленно с вытянутым подъемом поднимается по левой ноге (passé) и возвращается в исходное положение;
- из положения I прямой позиции (руки переводятся в разные положения) правая нога, сгибаясь в колене, медленно с вытянутым подъемом поднимается по левой ноге (passé) и возвращается в исходное положение;
- «солдатики»: (резкий подъем рабочей ноги с одновременным резким подниманием рук одна в сторону - другая к груди); - полное приседание по I прямой позиции (пятки отрываются от пола);

Повороты и наклоны корпуса:

- вперед, назад, вправо, влево, круговые движения.

2. Упражнения для стоп

Лежа на полу:

- сократить и вытянуть стопы по I прямой позиции;
- поднять ноги на 45°, сократить и вытянуть стопы по I прямой позиции;
- круговые движения стоп (вытянуть стопы по I прямой позиции, сократить стопы, развернуть стопы в I выворотную позицию, вытянуть стопы по I выворотной позиции);
- поднять ноги на 45°, исполняем круговые движения стоп (вытянуть стопы по I прямой позиции, сократить стопы, развернуть стопы в I выворотную позицию, вытянуть стопы по I выворотной позиции);

Сидя на коленях

- пятки плотно прижаты друг к другу (I прямая позиция), руки в положении упора у коленей спереди на полу: опираясь на руки, поднять бедра с одновременным вытягиванием коленей обеих ног и упираясь на подъемы ног - вернуться в исходное положение;

Сидя на пятках на полу (стопы обеих ног в I выворотной позиции);

Стоя на полу по I прямой позиции:

- поставить ногу на полупальцы, перевести на вытянутые пальцы, вернуться в исходное положение (исполнять поочередно с каждой ноги);
- подъем (relevé) на полупальцы на обеих ногах с возвращением в исходное положение.

3. Упражнения на развитие выворотности

Лежа на спине: - развернуть ноги из I прямой в I выворотную позицию;

- подтягивание к груди согнутой в колене ноги, затем разворот ноги в тазобедренном суставе и опусканием колена до пола и возвращением в исходное положение.

«Лягушка»:

- сидя на полу: - с наклоном корпуса вперед; - захватить носки стоп руками и вытягивая ноги в выворотном положении, наклонить корпус к ногам;
- лежа на спине;
- лежа на животе.

4. Упражнения на развитие гибкости

Лежа на животе:

- вытянутые ноги в выворотном положении - подъем корпуса на вытянутых руках с перегибом корпуса назад;
- в положении «лягушка» - подъем корпуса на вытянутых руках с перегибом корпуса назад;
- «колечко»;
- «корзиночка»;
- «лодочка».

«Кошечка»

«Мостик» из положения:

- стоя на коленях;
- стоя на вытянутых ногах (с помощником – преподавателем).

5. Упражнения на развитие шага

Лежа на спине:

- медленный поочередный, затем одновременный подъем ног в выворотном положении на 90° вперед с опусканием в исходное положение;
- медленный подъем ноги в выворотном положении на 90° вперед и отведение ноги в сторону на пол (другая нога сохраняет выворотное положение) с возвращением работающей ноги по полу в исходное положение;
- медленный подъем ноги в выворотном положении на 90° вперед и отведение ноги в сторону на пол (другая нога сохраняет выворотное положение) с возвращением работающей ноги в исходное положение в обратной последовательности; - резкие броски вытянутых ног в выворотном положении на 90° (8 раз правой ногой, 8 раз левой ногой);

- подъем вытянутых ног в выворотном положении на 90° и разведение (раскрывание) ног в стороны до положения «шпагат» в различных комбинациях;
- подъем вытянутой ноги в I позиции на 90° в положении лежа на боку, лежа на животе;
- резкие броски вытянутой ноги в выворотном положении на 90° и выше в положении лежа на боку, лежа на животе.

Сидя на полу в положении «лягушка»:

- взяться левой рукой за вытянутую стопу правой ноги и выпрямить (вытянуть) ногу вперед (правая рука лежит на полу), повторить упражнение с другой ноги;
- взяться правой рукой за вытянутую стопу правой ноги и выпрямить (вытянуть) ногу в сторону (левая рука лежит на полу), повторить упражнение с другой ноги. Сидя на полу с открытыми (разведенными) ногами в сторону:
- наклоны корпуса вперед с вытянутыми стопами;
- наклоны корпуса вперед с поворотом туловища к правой и левой ноге с вытянутыми стопами;
- наклоны корпуса вперед с сокращенными стопами;
- перегибы корпуса в сторону к правой и левой ноге.

Шпагаты:

- прямой (поперечный);
- с правой ноги, с левой ноги;
- сидя на полу с вытянутыми по I выворотной позиции ногами, развести ноги до прямого «шпагата», положить корпус вперед на пол и, разворачивая ноги в тазобедренных суставах, перевести их в положение «лягушка» на животе; исполнить все в обратном порядке;
- держась левой рукой за палку балетного станка, правой рукой взять правую ногу за вытянутую стопу и открыть ногу в сторону; упражнение выполняется с обеих ног.

6. Прыжки - трамплинные прыжки по I прямой позиции;

- прыжки с поджатыми ногами по I прямой позиции;
- прыжки с разведением вытянутых в воздухе ног вперед-назад со сменой ног;
- прыжки с разведением вытянутых в воздухе ног в сторону («козлик»);
- прыжки с поворотом вокруг себя на половину круга (180°) и целый круг (360°);
- прыжки на координацию движений со сменой положения рук; с хлопками;

прыжки со скакалкой.

7. Общеразвивающие упражнения

Силовые упражнения для мышц живота:

- качать пресс корпусом, ногами;
- сидя на полу, держать «уголок»;

- сидя на полу, держать уголок с «ножницам».
- Силовые упражнения для мышц спины:
- лежа на животе, подъем и опускание корпуса с руками открытыми в сторону или вытянутыми вперед;
- лежа на животе, подъем и опускание ног (руки вдоль туловища ладонями вниз на полу);
- из положения, лежа на животе, одновременный подъем и опускание ног и корпуса (руки вытянуты вперед, открыты в сторону или заведены за голову);
- «лодочка» с «ножницами».
- Силовые упражнения для рук:
  различные виды отжиманий на руках;
  подтягивания на руках;
- упражнения с гантелями.
  Упражнения для развития равновесия (устойчивости)
  Упражнения для развития координации

4. «**Танцевальные игры. Сценическая мастерская**».
   Теория: Теоретическое содержание материала. Пространство и мы. Знакомство со сценой. Передвижение в пространстве (правила движения во время танца).
   Практика: Сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, общеразвивающие игры, игры для создания доверительных отношений в группе, игры направленные на развитие внимания ребёнка к самому себе, своим чувствам, игры на развитие слуха, чувства ритма («Пропоем, прохлопаем, любимую мелодию»; «Я в музыке услышу кто ты, что ты»; «Музыкальный теремок»; игры на развитие актёрского мастерства). Упражнения в различных образах (журавль, лиса, медведь, мышка, Баба-Яга, клоун, куклы и другие). Музыка и танец. Разучивание хореографических композиций

5.Постановочная и репетиционная работа.

Постановка концертного номера в соответствии с программой обучения, на основе проученных движений.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА
3 год обучения

1. **Вводное занятие (2 часа)**
   Теория. Знакомство с программой третьего года обучения. Инструктаж по технике безопасности при занятиях хореографией. Общие правила безопасности и личной гигиены.
2. **Классический танец:**

Теория: Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук. Изучение терминологии классического танца. Изучение правил исполнения 14 упражнений, порядка исполнения комбинаций.

Практика:

Экзерсис у станка

- Позиции ног: I, II. 5
- Demi-plies по I, II,Vпозициям.
- Battements tendus из I позиции во всех направлениях: - с demi-plies.
- Passe par terre: - с demi-plies по I позиции, - с окончанием в demi-plies.
- Battements tendus jete из I позиции во всех направлениях.
- Rond de jambe par terre впервой раскладке en dehors, en dedans.
- Положение ноги sur le cou de pied: - «условное» спереди, сзади, - «обхватное».
- Battements releves lent на 450 и 900 во всех направлениях лицом к станку;
- Grand battements jete из I позиции во всех лицом к станку;
- Releves no I, II позициям: - с вытянутых ног, - с demi plie.
- Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях: - в сторону, вперед, назад

Экзерсис на середине зала

- I форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).
- Demi plies по I, II,Vпозициям.
- Battements tendus из I позиции во всех направлениях;
  a) с demi plie.
- Battementst endus jete во всех направлениях из I позиции.
- Demi rond de jambe par terre; - rond de jambe par terre (полныйкруг) .
- Battements releves lent во всех направлениях на 900 .
- Grand battements jete из I позиции в первоначальной раскладке.
- Releves по I, II позициям:
  а) с вытянутых ног;
  б) с demi plie.

Allegro

- Шаг польки.
- Трамплинные прыжки.
- Soutte по 1, 2,5 поз
- Shongement (у станка)

3.Народно-сценический танец:

Теория. Основные технические навыки. Открытие и закрытие, свободные позиции ног. Настроение и характер (задорный, озорной дух соревнования, удаль, лирический). Характер исполняемых хореографических номеров, особенности музыки народа, отличительные черты костюма.

Практика:

Экзерсис у станка

- Подготовка к началу движения (preparation).
- Demi-plie и grand-plie по I и II прямым позициям.
- Battement tendu:

a. с переводом работающей ноги с носка на каблук;

b. с переводом работающей ноги с носка на каблук с plie в момент выноса работающей ноги на каблук.

- Упражнения на выстукивание:
  a. удары всей стопой;
  b. - удары всей стопой с demi-plie;
  c. - удары всей стопой и полупальцами и их чередование.
- Releve в невыворотных позициях.
- Demi-plie и grand-plie по I, II и III открытым позициям.
- Перегибы корпуса.
- Battement tendu jete с акцентом от себя.
- Подготовка к «веревочке».
- Подготовка к «штопору».
- «Штопор».

Подготовительные упражнения к присядкам (для мальчиков).

Экзерсис на середине зала

- Позиции ног: - открытые (выворотные); - прямые (невыворотные).
- Позиции рук: - I, II, III, подготовительное положение, - руки на талии.

БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу очень удобен для обучения детей. Белорусские хороводы, игровые танцы, отображающие трудовые процессы, известны по всей нашей стране и пользуются большой популярностью. Характер движений белорусских народных танцев легкий и трамплинный.

Положение рук:

а) положение рук в сольном танце;

б) положение рук в массовых и парных танцах;

в) подготовка к началу движения.

Танцевальный этюд одного из танцев.

Крыжачок	Лявониха	Полька-Янка	Бульба
1. Притопы одинарные. 2.Подскоки на Двух ногах по 1-й Прямой позиции На одном месте. 3.Тройные Подскоки на двух Ногах по1-й Прямой позиции. 4.Простые	1.Основной ход. 2.Тройной притоп. 3.Молоточки в сольном Исполнениии в Паре с поворотом на 180^0. 4.Галоп в сольном Исполнении и в	1.Pas польки с подбиванием ноги. 2.Боковаяполька. 3.Парнаяполька. 4.Шаг с двойным Подскоком на Опорной ноге. 5.Шагс Подбивкой в Сторону с	1.Основной ход с Открыванием ног Вперед и назад. 2.Шаг польки вперед. 3.Простые подскоки. 4.Подскоки на полупальцах с Подниманием ног назад.

Подскоки на месте И с продвижением Вперед и назад. 5.Основной ход «Крыжачка». 6.Поочередные Выбрасывания ног На каблук вперед. 7.Тройные притопы с поклоном.	паре. 5.Боковые повороты. 6.Тройная дробь с переступаниями. 7.Припадание со шлепком Работающей ноги По 4-йпозиции.	тройным притопом. 6.Припадание со шлепками работающей ногой. 7.Шаг с соскоком На одну или две Ноги и двойная дробь.	5.Галоп. 6.Боковая полька. 7.Галоп в сторону с тройным притопом. 8.Подскок с Приседанием и тройные переступания.
	8. Полуповороты и полные повороты на тройных подскоках. 9. Боковая полька в сольном исполнении. Галоп в паре и поворотом на 180 градусов. 10. Переброс девушки. 11. Парное вращение под руки.	8.Два подскока на полупальцах обеих ног и соскок на одну или две ноги. 9.Галоп. 10.Ковырялочка с тройными сгибаниями ног назад 11.Боковая подбивка на присядке у юношей. 12.Открывание ноги в сторону на каблук с возвращением на носок и подбивка в сторону. .	

Танцы прибалтики
Танцевальный этюд на материале одной из национальностей.

Элементы эстонскоготанца	**Элементы литовскоготанца**	**Элементы латышскоготанца**
1.Положения рук. 2.Легкий бег. 3.Шаг с поскоком.	1.Простые шаги. 2.Шаги вперед, одна нога Накрест другой.	1.Положения рук. 2.Расположение танцующих в паре и

4.Шаг с проскальзыванием.	3.Боковые шаги.	Положение рук в парном танце.
5..Шагскаблука. 6.Шаг с подъемом ноги Впереди переступанием На полупальцах. 7.Переступание с ноги на ногу с хлопками в ладоши. 8.Вальсовый ход. 9.Вальсовый ход накрест. 10.Вальс с подскоком На одной ноге. 11.Полька. 12.Трехшаговая. 13.Полькана подскоках. 14.Положения рук в Парном танце. 15.Расположение танцующих в паре.	4.«Качающийся шаг». 5.Легкий бег. 6.Шаги с подскоком. 7.Подскоки поочередно То на двух,то на одной ноге. 8.Перескоки из IV Позиции во II Параллельную позицию и обратно. 9.Концовка в три удара. 10.Полька. 11.Полька с поворотом во Время подскока. 12.Прыжки с полным Поворотом в воздухе.	3.Простой шаг. 4.Легкий бег. 5.Боковые перескоки с Продвижением в сторону. 6.Шаг с подскоком. 7.Проскальзывание на Обеих ногах. 8.Небольшие подскоки с Выносом работающей Ноги вперед. 9.Боковые шаги с Выносом работающей Ногив перед. 10.Шаг с ударом Работающей ноги по Стопе опорной ноги. 11.Галоп с остановкой. 12.Полька.

Элементы словацкого народного танца

Словацкая хореография богата танцами, различными по своему характеру, как бы делясь на две части: равнинную и горную. Это деление отложило отпечаток на характер танцев и костюмов жителей этих местностей

Танцевальный этюд на элементах танца:

1.Шпоры.

2.Прыжок с хлопушкой

3.Веревочка.

4.Маршеобразный ход.

5.Ход через ногу.

6.Чапаше.

7.«Шпоры» с хлопушками и опускание на колено.

8.Ключ.

9.Ход вперед с проскальзыванием на полупальцах.

10.Бег по кругу с перекрестными переступаниями.

11.Поворотыкорпуса.

12.Различные ходы.

13.Переск
оки.
14.Шаг с подскоком.
15.Парные вращения.
16.Переход
ы.
17.Трешчак.
18.Поочередные прыжки.
19.Ход с одной
ноги.
20.Проскакивание с глубоким приседанием.
21.Присядки.
22.Вращения.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Теория: История и развитие пляски.

- Отличительные черты ее исполнения.
- Импровизация – характерная черта русской пляски

. **Практика:** Основные элементы и движения русского танца

- Положения и движения рук;
- раскрывание и закрывание одной руки, - поочередное раскрывание рук
- поклон с продвижением вперед,
- Шаг с pice;
- Шаркающий шаг по 3 поз.;
- Шаг в «две ножки»;
- «ковырялочка» с двойным и тройным притопом, -
- Припадание по 3 поз.;
- Боковые ходы;
- Ход накрест с выносом ноги на каб.;
- «Ключ» простой;
- Мелкий дробный ход («горох»);
- Перескоки;
- Вращение на середине с работой рук;
- Вращение «Циркуль».

Притопы – удары всей стопой в пол:

- на сильную долю, одной ногой;
- на слабую долю (синкопа) одной ногой;
- двумя ногами(“печатка”).
- “Гармошка”
- “Елочка”.
- “Припадания”

Танцевальные рисунки.

- Круг
- Два круга рядом
- Круг в круге
- Корзиночка
- Восьмерка
- Улитка
- Змейка
- Колонна
- Стенка
- Воротики
- Гребень.
- подскоки–разучиваются по той же схеме.

Прыжки:

- простые прыжки на месте,
- простые прыжки в продвижении,
- поджатые прыжки на месте.

Вид русского танца – «Пляска»

- Работа в паре с использованием танцевальных движений и шагов;
- Работа над ходами и рисунками;
- Танцевальные комбинации;
- Этюдная работа «Русская пляска»

Требования к контрольному уроку

- За время обучения учащиеся должны приобрести следующие знания, умения и навыки:
- знать истоки возникновения русского танца;
- владеть навыками исполнения вида русского танца – «пляска»;
- знать позиции и положения рук и ног, уметь координировать движения рук в соответствии с заданным движением;
- уметь исполнять танцевальные комбинации на основе проученного материала;
- уметь работать в паре и ансамбле, ритмически верно исполняя движения, передавая манеру и настроение.

ГИМНАСТИКА (партерный экзерсис)

- «Акробатические элементы: «шпагаты», «мостики», «колеса», «березки»»
- «Усложнение упражнений на укрепление и развитие опорно-двигательного и суставно-мышечного аппарата ритмическим и комбинационным способом».
- «Упражнения на координацию движений рук, корпуса, ног и головы»
- «Классический экзерсис на полу по методике Б. Князева»
- «Упражнения на дыхание, используя contration и release».
  «Relaxing и stretching»

ПОСТАНОВКА КОНЦЕРТНЫХ НОМЕРОВ И РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА

Практика. Проведение репетиционной работы: изучение и отработка комбинаций танцев, репетиция концертных номеров. Участие в отчетном концерте.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА
4 год обучения

1. Вводное занятие (2 часа)

Теория. Знакомство с программой четвертого года обучения. Инструктаж по технике безопасности при занятиях хореографией. Общие правила безопасности и личной гигиены.

2. Классический танец :

Теория. Основные правила движений у станка. Понятия о поворотах ан деор и ан дедан. Эпольман. Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, эффасе). Законы и эстетика равновесия в позах классического танца. Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

Практика:

Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras (I, II, III позиции рук).

- Demi plies по I, II, V позициям.
- Grand plies no I, II позиции.
- Battements tendus из V позиции:

a) battements tendus pour le pied в сторону.

- Battement tendus jete из V позиции во всех направлениях:

a) battements tendus jete с pique.

- Battements frappes лицом к станку, носком в пол во всех направлениях.
- Battements frappes боком к станку, носком в пол во всех направлениях.
- Battements fondus носком в пол во всех направлениях: лицом к станку,

а) боком к станку, носком в пол.

- Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
- Battements releves lent на 900 во всех направлениях лицом к станку;

а) боком к станку.

Понятие retire .

- Grand battements jete из I позиции во всех направлениях лицом к станку;

а) боком к станку.

- Releves по I, II, V позициям:

а) с вытянутых ног,

б) с demi plie.

Экзерсис на середине зала

- Demi plies no I, II, V позициям.
- Grand plies no I, II позиции.

- Battements tendus из V позиции.
  а) battements tendus pour le pled всторону;
- Battement tendus jete из V позиции во всех направлениях:
  а) battements tendus jete c pique.
- Battements frappes носком в пол во всех направлениях.
- Battements fondus носком в пол во всех направлениях.
- Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
- Battements releves lent на 900 во всех направлениях.
- Grand battements jete из I позиции во всех направлениях.
- Releves по I, II, V позициям:
  а) с вытянутых ног,
  б) с demi plie.
- Понятие epaulement (croisee, efface, ecarte) позы.
- Pas balance.

Allegro

- Temps leve saute no I, II, V позициям.
- Petit changement de pied.
- Pasechappe в первой раскладке.

3. Народно-сценический танец

Теория. Основные технические навыки. Открытие и закрытие, свободные позиции ног. Настроение и характер (задорный, озорной дух соревнования, удаль, лирический). Характер исполняемых хореографических номеров, особенности музыки народа, отличительные черты костюма**.**

Практика:

Упражнения у станка

- 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
- Скольжение стопой по полу (battements tendus) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги
- Маленькие броски (battements tendus jetes):
- перевод работающей ноги и возвращении в исходную позицию.
- Круговые скольжения по полу:
  а) полкруга носком,
  б) полный круг носком,
  в) полкруга ребром каблука,
  г) полный круг ребром каблука.
- Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.
- Полуприседания на опорой ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45˚ (battements fondues):
  а) на всей стопе.
- Поднятие ноги на 90˚ в перед, в сторону и назад.

- Большие броски (grands battements) по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад.
  На середине зала

ТАНЦЫ НАРОДОВ СРЕДНЕЙ АЗИИ
Танцевальный этюд на материале одной из национальностей.

Элементы таджикского танца	Элементы узбекского танца	Элементы туркменского танца	Элементы казахского танца
1.Положения ног.	1.Движения кистей: -сгибание и Разгибание в запястье; вращение внутрь и наружу; -волнообразные движения (женский танец); -щелчки пальцами	1.Положения рук в мужском танце.	1.Положение рук.
2.Положения рук.	2.Движения рук-мягкое от предплечья: -переводы из стороны в сторону через низ; -переводы со щелчками; -переводы с поворотом кисти.	2.Положениярук в женском танце.	2.Переменный ход.
3.Поклон.	3.Движения плеч: -поочередные и одновременные вперед; -поочередные и одновременные назад.	3.Движения рук в женском танце.	3.Приставной ход.
4.Движения Кистей	4.Движения головы:	4.Движени рук в	4.Припадание.

рук: -поворот кисти к себе; -поворот кисти от себя -волнообразные сгибания и выпрямления запястья и пальцев; -«рез»,мелкое непрерывное движение от запястья	-из стороны в сторону; акцентированное.	мужском танце.	
5.Мелкие переводы рук.	5.Ходы: -в три переступания; -мягкие шаги на на всюстопу;с переступанием - боковой шаг с подставлением ноги сзади; боковое движение с переводом обеих стоп из выворотного положения в невыворотное («гармошка»); - переступание с полупальцев на каблук.	5.Простой женский ход.	5.Переступание накрест.
6.Резкие акцентированные взмахи.	6. Шаг на полупальцы с выносом ноги вперед и резким соскоком на обеих ногах по I прямой позиции (мужское).	6.Переменный ход с пятки на всю стопу на низких полупальцах.	6.Переступание накрест с остановкой.
7.Поочередные и одновременные движения рук от локтя.	7.Шаг с каблука в повороте и с соскоком на всю стопу(мужское)	7. Боковой ход одной ноги по VI с позиции.	7.Наклоны и перегибы корпуса

8.Вращения перекрещенных рук от локтя вперед: от себя, к себе.	8. Повороты с хлопком с продвижением вправо и влево.	8.«Хым-мыл»-опускание с низких полупальцев на всю стопу пружиня в голеностопном суставе (женское).	8.Боковые шаги с выпадом .
9.«Харакати - Кифт» - поочередные и одновременные движения плеч.	9. Шаг с соскоком и полуповоротом.	9.Простые шаги с последующим приседанием (женское).	9.Работа с предметом.
10.«Харакати-Сар»-движения	10. Боковой ход с каблука.	10.Переступание накрест.	
11. «бег перепелки».	11. Переменный ход на полупальцах.	11.Основной мужской ход – легкий бег с одной ноги.	
12.Поочередные переступания в полуприседании.	12. Повороты: -с шагами из стороны в сторону; - с выпадом на месте; - с переступанием на месте.	12.«Скачки Джейран»-прыжок наверх с приземлением в положение накрест и выпадом на одну ногу(мужское).	
13.«Дашнабадский ход».	13.Перегибы корпуса: -стоя назад; - стоя на коленях назад; -сидя на коленях по кругу	13.Три шага с последующим резким броском свободной ноги вперед (мужское).	
14.Положения на коленях	14. Опускание наколени: - на одно колено; - на два колена; - на оба колена в полном приседании	14.Подскоки на двух ногах по IVпозиции.	
15. Перегибание корпуса.		15.Ход с проскальзыванием	
«16.Чархи».			

ПОДГОТОВКА К ВРАЩЕНИЯМ НАСЕРЕДИНЕ ЗАЛА

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve;
- полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere;
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки;
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45градусов;
- подскоки по той же схеме;
- «поджатые» прыжки по той же схеме;
- Подготовка ktours(мужское).
- Во втором полугодии вводится поворот на 90 градусов во всех вращениях. Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:
- приемомшаг-reterепосхеме2шага-reterенаместе,2-вповоротена90градусов,5,6,7,8-шаги на месте;
- кконцуполугодия:2шагареterенаместе,2-вповоротена180градусов,5,6–фиксация,7,8–пауза;
- 2полугодие–поворотна4шага-reterена180градусов;

4. РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ:

- «Шаркающий шаг»:

а) каблуком по полу;

- б) полупальцами по полу.
- «Переменный шаг»:

а)с притопом и продвижением вперед и назад;

б) с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.

- «Девичий ход» с переступаниями.
- Боковое «припадание»:

а)с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги;

б) с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.

- «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
- «Веревочка»:

а)с двойным ударом полупальцами;

б) простая с поочередными переступаниями;

в) двойная с поочередными переступаниями.

- Ковырялочка» с притопом.
- «Голубец»
- «Молоточки»

Дробные движения:

- «Ключ» простой на подскоках
- Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
- «Ключ» с двойной дробью.
- Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
- Дробь на «три ножки».
- дробь “трилистник” (женск.)
- простая дробь полупальцами на месте
- дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед

Вращение
а) по 6 позиции,
б) подскоки в повороте,
в)моталочка с ковырялочкой
г)бегунок в продвижении,
д)перескок в повороте в продвижении
Короткие танцевальные комбинации
Усложненные танцевальные комбинации Пересек
Кадриль
Примеры исполнения кадрилей или фрагментов:

- квадратные,
- линейные,
- круговая

5. **ГИМНАСТИКА** (партерный экзерсис)
   - «Акробатические элементы: «шпагаты», «мостики», «колеса», «березки»»
   - «Усложнение упражнений на укрепление и развитие опорно-двигательного и суставно-мышечного аппарата ритмическим и комбинационным способом».
   - «Упражнения на координацию движений рук, корпуса, ног и головы»

6. ПОСТАНОВКА КОНЦЕРТНЫХ НОМЕРОВ И РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА

Практика. Проведение репетиционной работы: изучение и отработка комбинаций танцев, репетиция концертных номеров. Участие в отчетном концерте.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА
5 год обучения

1.ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория. Знакомство с программой пятого года обучения. Инструктаж по технике безопасности при занятиях хореографией. Общие правила безопасности и личной гигиены.

2.КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Теория. Обобщение полученных практических навыков и знаний. Рисунок положений уровней ног и рук, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца. Последовательность и расклад движений на элементы. Типы прыжков (с двух на две, с одной на другую, с двух на одну, с одной на две). Критерии исполнительской деятельности (наличие логичности движения, грамотности, музыкальности, актерской выразительности).

Практика:

Экзерсис у станка

- Постановка корпуса по IV позиции.
- Demi plies no IV позиции;

а) grand plies no IV позиции.

- Battements tendus:

а) double battements tendus;

б) в позах (croisee, efface, ecarte).

- Battements tendus jete:

а) balancoire;

б) в позах (croisee, efface, ecarte).

- Rond de jambe par terre:

а) на demi plies;

б) на 450 en dehors, en dedans.

- Battements fondus во всех направлениях;

а) с plie - releves с выходом на полупальцы.

- Battements soutenus в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.
- Battements double frappes в сторону, носком в пол на всей стопе.
- Battements releves lent на 90 в позах.
- Battements developpe во всех направлениях - лицом к станку;

а) боком кстанку.

- Grand battements jete в больших позах (croisee, efface, ecarte).
- III форма port de bras как заключение комбинаций.

Экзерсис на середине зала

- Battements tendus во всех направлениях в малых позах;

а) в сочетании с pour le pied и demi plie.

- Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с pique.
- Battements fondus во всех направлениях.
- Battements frappes во всех направлениях.
- Battetnents releves lent на 90о во всех направлениях в сочетаниях с passe.
- Battetnents developpe во всех направлених.

- Grand battements jete во всех направлениях.
- II Форма port de bras.
- Понятие arabesque:
    a) изучение I, II,IIIarabesque.
- Temps lie par terre en dehors et en dedans.

Allegro

- Pas echappe.
- Pas assemble всторону.
- Sissorme simple en face.
- Grand changement de pied.
- Pas jete en face.
- Pas chasse вперед.
- Sissone ferme в сторону

3.РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Теория. Изучается правильная характерная манера исполнения русских танцев. Отличие манеры и характера исполнения украинского танца от русского. Особенности исполнения отдельных элементов русского и украинского танцев.

Изучаются областные особенности русского танца, костюмы.

Практика:

- Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
- Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
- «Ключ» с двойной дробью.
- Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
- Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
- Дробь на «три ножки».
- «Моталочка»:
    а) с задеванием пола каблуком;
    б) с акцентом на всю стопу;
    в) с задеванием пола полупальцами;
    г) с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.
- Основной русский ход «академический».
- Подбивка «Голубец»:

а) на месте;

б) с двумя переступаниями.

- Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
- Вращения:

а) на подскоках с продвижением вперед по диагонали;

б) с движением «моталочки»;

в) с откидыванием ног назад.

- Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
- Переборы.
- «Ключ» дробный сложный.

- «Маятник» в поперечном движении.
- «Веревочка»:

а) простая и двойная с перетопами;
б) простая и двойная с «ковырялочкой»;
в) простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая - на щиколотке спереди или сзади;
г) простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции;

- Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.
- Три дробные дорожки с заключительным ударом.
- Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.

Танцы.Этюды.

- Северный хоровод с шалями (Архангельская обл.)
- Ярилинские круги (Владимирская обл.)
- Матаня (орловская обл)

4.НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Теория. Образы народной поэзии, отраженные в женских и мужских танцах. Особенности украинского и марийского танца. Знакомство с заслуженными коллективами народного танца, артистами РФ.

Практика:

Упражнения у станка:

- Полуприседания резкие и плавные по1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и1й прямой.
- Полные приседания по1,2,5 выворотным позициям.
- Скольжение стопой по полу с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги (с работой пятки опорной ноги).
- Маленькие броски:

а)с двумя ударами стопой работающей ноги по5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад;
б)с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад.
в)балянсуа со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании.

- Круговые скольжения по полу.
- Ронд по полу «восьмерка»-круговые скольжения спереди и сзади в координации сдвижением работающей руки:

а) на вытянутой ноге;
б)на полуприседании.

- Повороты стопы (патортье):

а) одинарные;

б)двойные.

в)с подъемом на полупальцы

- Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45 градусов на всей стопе (батман фондю).
- Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно:

А)на полной стопе;

б) с подъемом на полупальцы.

- Развертывание ноги на 90 градусов с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (плавные и резкие).
- Подготовка к «чечетке» в открытом положении вперед, в сторону и назад.
- Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами по1-й позиции прямой в испанском характере.
- Растяжка из первой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.
- Большие броски с падением на работающую ногу по5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад.
- Наклоны и перегибания корпуса по1-й 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.
- Маленькие «голубцы» лицом к станку.

ЭЛЕМЕНТЫ УКРАИНСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Теория. Украинское народное творчество отражает многовековую историю народа. Различия в женских танцах. Исполнение женских и мужских танцев различно. Женские-лиричны, наполнены поэзией, мужские отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями. Хореографические ансамбли Украины

Практика.

Танцевальный этюд на элементах танца:

- Позиции и положения ног
- Позиции и положения рук.
- Положения рук в парном и массовом танце.
- Подготовка к началу движения.
- Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские и мужские).
- Притоп.
- Веревочка»:

а) простая;

б) с переступаниями;

в) в повороте;

г) двойная.

- « Дорижка простая» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом.
- «Дорижка плетена» (припадание) с продвижением в сторону, со сменой позиции впереди назад в перекрещенном положении.
- «Выхилястик» («ковырялочка»), «выхилястик» с «угинанием» («ковырялочка» с открыванием ноги).
- «Бигунец».
- «Голубец» на месте и с продвижением в сторону.
- Медленный женский ход.
- Ход назад с остановкой на третьем шаге.
- «Тынок» (перескок с ноги на ногу).
- «Выхилястник» с «угинанием».
- «Похид-вильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед
- «Голубцы» с притопами.
- «Выступцы» (подбивание одной ногой другую).

Танцы народов Поволжья.

ЭЛЕМЕНТЫ МАРИЙСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Теория. Знакомство с традициями и обычаями марийского народа, с национальным костюмом

Танцевальный этюд на элементах танца:

- Положения рук.
- Движения рук.
- Движения кистей.
- Прищелкивание пальцами.
- Горно-марийский основной ход.
- Переменный шаг с ударом.
- Скользящий шаг в сторону.
- Шаг с перескоком с одной ноги над ругую.
- «Елочка» или «гармошка» вперед, назад, в повороте.
- Дробь с двух ног.
- Шаг накрест.
- Боковая дробь с продвижением.
- Шаги впереди назад с заворотом стоп.

- Боковой шаг с поворотом и выносом работающей ноги на каблук вперед.
- Боковой шаг с положением работающей ноги сзади на полупальцах.

ВРАЩЕНИЯ НАСЕРЕДИНЕ ЗАЛА

Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей (plie- каблучки, plie-releve, plie-retere, шаг-retere, подскоки, припадания, pirouettes).

- Приемом plie-releve (два на месте,третий–plie-подготовка,четвертый–вращение) –1 полугодие–двойное вращение за 4-м разом.
- Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).
- Приемом plie-каблучки (аналогичная схема изучения).
- Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).
- Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.
- Припадания мелкие, быстрые.
- Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке не выворотно, с приходом во 2 позицию (невыворотно), без пауз, но в медленном темпе–1полугодие.
- Тоже самое вращение в нормальном темпе –2полугодие.
- Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через retere не выворотно, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы – 2 полугодие.
- «Обертас» по1прямой позиции–1полугодие.
- «Обертас» по1 прямой позиции с ударом– 2полугодие.
- «Обертас» с rond на450 –1полугодие, на 90гр.-конец 2полугодия.
- Разучивается окончание вращения приемом двойного shaine.
- Вращения для мальчиков:
  а) tours,
  б)pirouettes.
- Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

ВРАЩЕНИЯ ПО ДИАГОНАЛИ КЛАССА

- Tour-pique в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.
- Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.
- Бег по1прямой позиции (поворот за два бега)–1полугодие,поворот за один бег

  2 полугодие.

- Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках–2 полугодие.
- Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.
- Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
- Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблучок».
- Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.
- Мужские вращения с использованием пройденного материала.

ВРАЩЕНИЯ ПО КРУГУ

- Приемом шаг-retere, вращение за один шаг.
- Подскоки, вращение за один шаг.
- Маленькие «блинчики», поворот за один шаг
- Большие «блинчики», аналогично.
- Бег по 1прямойпозиции.
- Бег с выбрасыванием ноги вперед.
- «Шаг-каблучок», вращение за один шаг.
- Tour-pique в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.
- Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку».

5. **ИМПРОВИЗАЦИЯ В НАРОДНОЙ ХОРЕОГРАФИИ**

Особенности сотворчества с телом: соединение восприятия музыки с телесным ее воспроизведением.

Практика: Комплекс игровых упражнений и творческих заданий на развитие образного мышления и фантазии, музыкальности, ритмичности, актёрских данных, снятие психологических зажимов эмоций, чувств, гармоничное восприятие себя.

6. ПОСТАНОВОЧНО-РЕПЕТИЦИОННАЯ И КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Практика: Знакомство с сюжетом танца. Прослушивание музыкального сопровождения танца. Просмотр видеофрагментов постановки. Обсуждение сюжета и рисунка танца. Изучение танцевальных движений и комбинаций танца. Отработка сюжетных комбинаций. Соединение танцевальных комбинаций с рисунком танца. Работа с реквизитов. Примерка костюмов. Демонстрация постановки на уровне учреждения, района, города, участие в социально- значимых проектах и мероприятиях.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА
6год обучения

1.ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория. Знакомство с программой седьмого года обучения. Инструктаж по технике безопасности при занятиях хореографией. Общие правила безопасности и личной гигиены.

2.КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ :

Теория. Обобщение теоретических знаний пятого и шестого годов обучения. Все движения, ранее разученные по элементам, соединяются и исполняются слитно без пауз. Координационные элементы в соединении с руками, корпусом и ногами. Подготовка к выпускному экзамену.

Практика.

Экзерсис у станка

- Demi plies noI- IV позиции;
  - a) grand plies noI- IV позиции.
- Battements tendus:

а) double battements tendus;

б) в позах (croisee, efface, ecarte).

- Battements tendus jete:

а) balancoire;

б) в позах (croisee, efface, ecarte).

- Rond de jambe par terre:

а) на demi plies;

б) на 45 en dehors, en dedans.

- Battements fondus во всех направлениях;
  - a) с plie - releves с выходом на полупальцы.
- Battements soutenus в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.
- Battements double frappes в сторону, носком в пол на всей стопе.
- Battements releves lent на 90овпозах.
- Battements developpe во всех направлениях - лицом к станку;
  - a) боком к станку.
- Grand battements jete в больших позах (croisee, efface, ecarte).
- III форма port de bras как заключение комбинаций.

Экзерсис на середине зала

- Battements tendus во всех направлениях в малых позах;
  - a) в сочетании с pour le pied и demi plie.
- Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с pique.
- Battements fondus во всех направлениях.
- Battements frappes во всех направлениях.
- Battetnents releves lent на 90о во всех направлениях в сочетаниях с passe.
- Battetnents developpe во всех направлених.
- Grand battements jete во всех направлениях.
- II,IIIФорма port de bras.
- I, II,III arabesque.
- Temps lie par terre en dehors et en dedans.

Allegro

- Pas echappe.
- Pas assemble всторону.
- Sissorme simple en face.
- Grand changement de pied.
- Pas jete en face.
- Pas chasse вперед.
- Sissone ferme в сторону

Музыкальное сопровождение становится более разнообразным по ритмическому рисунку. От медленных темпов осуществляется постепенный переход к более подвижным, несколько ускоряется общий темп урока.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Уровень подготовки учащихся является результатом освоения программы учебного предмета «Классический танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знаний основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- знаний принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- умений исполнять танцевальные номера;
- умений определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- умений самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- навыков владения различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- навыков ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- навыков сценической практики;
- навыков музыкально-пластического интонирования;
- навыков сохранения и поддержки собственной физической формы

3. НАРОДНО СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Теория. Повторение теоретического материала предыдущего года. Основные сведения об исполнении танцев народов мира. Особенности манеры исполнения медленных и быстрых народных танцев. Определение характерных отличий танцев и манеры их исполнения на примере танцев народов Закавказья и русского танца. Сведения о костюмах и их происхождении.

Практика.

Упражнения у станка:

- Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.
- Скольжение стопой по полу:
  а) с одинарным ударом каблуком опорной ноги; б) с двойным ударом каблуком опорной ноги.
- Маленькие броски сквозные по 1-й открытой позиции в полуприседании.
  4.Круговое скольжение по полу:
  а) ребром каблука около опорной ноги;

б) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.

- Полуприседания на опорной ноге на 90 градусов: а) на всей стопе;
  б) с подниманием на полупальцы. 6.Подготовка к «веревочке»:
  а) в открытом положении;
  б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
- Развертывание ноги на 90 градусов двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад:
  а) плавное;
  б) резкое в координации с движением руки.
- «Чечетка» с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя: а) в прямом положении;
  б) в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.
- Большие броски на всей стопе с проведением ноги через 1-ю открытую позицию. 10.«Голубец»:
  а) в сторону на 45 градусов в прямом положении лицом к станку; б) в сторону на 90 градусов в прямом положении лицом к станку.
- 11.Подготовка к «штопору» по 1-й прямой позиции на полупальцах.
- 12.«Штопор».

Упражнения на середине:

ТАНЦЫ НАРОДОВ ЗАКАВКАЗЬЯ

Танцевальный этюд на материале одной из национальностей.

Элементы грузинского танца	**Элементы армянского танца**	**Элементы азербайджанского танца**
1.Положения рук. 2.Положения ног. 3.Движения рук в женском танце. 4.Движения кистей в женском танце. 5.Движения рук в мужском танце. 6.Движения кистей в мужском танце. 7.Свла – шаги в три переступания.	1.Положения рук в женском танце. 2.Положения рук в мужском танце. 3.Раположение танцующих и положения рук в массовых: цепных или круговых танцах. 4.Движения рук: - «дзеркна-птуйт» - вращение кистей к себе и от себя;	1.Положения рук. 2.Шаг с подскоком. 3.Бег. 4.Легкие переступания с продвижением вперед. 5.Легкие переступания с продвижением назад на полупальцах. 6.Соскоки по III открытой позиции. 7.Выпад на ногу, сгибая ногу в колене, другая

8.Адгилзе – шаги на месте.	- неполное вращение кистей ладонями к себе	вытянута с сокращенной стопой.
9.Гасма. 10.Гвердзе – шаги с продвижением в сторону. 11.Укусвла – шаги с продвижением назад. 12.Циповла – шаги вперед. 13.Сада мухлура – шаги со сгибанием колена. 14.Сада – удар каблуком с переходом на носок. 15.Бруни – повороты 16.Вращения.	и от себя; - повороты рук от локтя к себе и от себя; - «чахарак» - вращение рук от локтя одна вокруг другой; - круговое движение рук вокруг лица; - перевод рук из стороны в сторону; - «цалк» - легкий рывок среднего пальца вверх; - «чешмя» - прищелкивание; - поочередное подведение одной руки к затылку с одновременным открыванием другой руки в сторону II позиции (мужское); - взмах двумя платками перед собой; - «цап» - хлопки в ладоши 5. Положения и. движения корпуса, плеч, головы. 6. «Двели» - ходы с непрерывным и интенсивным продвижением по кругу и по прямой. 7. «Сюзьма» - танец на месте, без продвижения по сценической	8.Подскоки на одной ноге на месте. 9.Подскоки на одной ноге с продвижением. 10.Подскоки на одной ноге в повороте. 11.Подскоки с переступанием: - с ударом полупальцами по I прямой позиции; - с ударом полупальцами спереди накрест опорной ноги; - с ударом полупальцами сзади накрест опорной ноги. 12.Боковые шаги с остановкой. 13.Присядки: - с продвижением вправо; - с продвижением влево.

	площадке, но иногда с переступаниями и поворотами на месте, выполняемые главным образом игрой корпуса, рук, лица 8. «Манруки» - мелкие движения, выполнямые или на месте или с небольшим продвижением по площадке. 9.«Птуйт» - повороты на одном месте. 10.Винтообразные движения в прыжке. 11.«Чатма» - присядки	

Требования к уровню подготовки обучающихся.

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народно-сценическиӣ танец», которыӣ определяется формированием комплекса знаниӣ, умениӣ и навыков, таких, как:

- Знание рисунка народно-сценического танца, особенностеӣ взаимодеиӣствия с партнерами на сцене;
- Знание балетноӣ терминологии;
- Знание элементов и основных комбинациӣ народно-сценического танца;
- Знание особенностеӣ постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинациӣ;
- Знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодеиӣствия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- навыки музыкально-пластического интонирования;

- знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца в соответствии с учебной программой;
- владение техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;

4. РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

На 6-ом году обучения повторяется весь пройденный материал и проучиваются и танцы Саратовской, Курской, Волгоградской и Иркутской областей
Карачанка (Саратовская обл.)
Танок с поясами (Курская обл.)
Приглашение (Волгоградская обл.)
Восьмёра (Иркутская обл.)

5. ИМПРОВИЗАЦИЯ ВНАРОДНОЙ ХОРЕОГРАФИИ

Особенности сотворчества с телом: соединение восприятия музыки с телесным ее воспроизведением. Практика: Комплекс игровых упражнений и творческих заданий на развитие образного мышления и фантазии, музыкальности, ритмичности, актёрских данных, снятие психологических зажимов эмоций, чувств, гармоничное восприятие себя.

6. ПОСТАНОВОЧНО-РЕПЕТИЦИОННАЯ И КОНЦЕРТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Практика: Знакомство с сюжетом танца. Прослушивание музыкального сопровождения танца. Просмотр видеофрагментов постановки. Обсуждение сюжета и рисунка танца. Изучение танцевальных движений и комбинаций танца. Отработка сюжетных комбинаций. Соединение танцевальных комбинаций с рисунком танца. Работа с реквизитов. Примерка костюмов. Демонстрация постановки на уровне учреждения, района, города, участие в социально- значимых проектах и мероприятиях.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты:

- эстетическое восприятие окружающей действительности;
- ориентация в ценностях культуры, способность самостоятельно оценивать конкретные явления культуры,
- способность к сотрудничеству и владение позитивными способами взаимодействия с окружающими; умение адекватно вести себя в различных социальных ситуациях;
- способность к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта;
- владение методами самообразовательной деятельности и

эффективными способами организации свободного времени;

- умение анализировать проделанную работу, планировать и организовывать дальнейшую деятельность;
- способность работать с разными источниками информации, анализировать, систематизировать знания, сохранять и передавать информацию.

Личностные результаты:

- способность соотносить поступки и события с принятыми этическими нормами, выделять нравственный аспект;
- потребность беречь и развивать культурное наследие своей страны и уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- положительная мотивация к познанию и творчеству в выбранном виде деятельности, а так же к возможному получению профессий, связанных с хореографией;
- соответствующие возрастным особенностям физические качества и потребность в здоровом образе жизни;
- способность к рефлексии, адекватная самооценка и отношение к критике товарищей;
- умение предъявить результат творческой деятельности зрителю;
- будут воспитаны дисциплинированность, трудолюбие, самостоятельность, аккуратность, ответственность.

Показателями сформированности «юного танцора» является наличие у обучающихся таких качеств, как: техничность и артистизм исполнения танцевальных номеров, физическая выносливость, аккуратность, собранность (умение быстро принимать решение и проявлять волю к победе) и коммуникабельность.

Предметные результаты:

- способность грамотно и музыкально исполнять все основные движения классического, народно-характерного, эстрадного и историко-бытового танца.
- уметь выражать в пластике общее содержание музыки; её образные ассоциации;
- общаться и слаженно работать с партнерами в процессе концертных выступлений.
- будет знать различные танцевальные техники на уровне, позволяющем продолжить обучение в профессиональных образовательных учреждениях.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты 1-го года обучения

Предметные:

- *знать* основные положения корпуса, позиции рук, ног, головы;
- *знать* названия изученных движений (у палки и на середине зала);
- *знать* правила культуры поведения в классе, за кулисами, на сцене;
- *уметь* самостоятельно начинать движения, прослушав вступление;
- *уметь* следовать темпу музыкального произведения;
- стремиться сохранять правильную постановку корпуса, рук, головы, исполняя танцевальные движения;
- владеть навыками координации движений;
- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;

Метапредметные

- обучающийся должен правильно исполнять упражнения у палки, на середине зала, прыжки;
- правильно вести себя в классе, за кулисами и на сцене;
- владеть выразительным и эмоциональным исполнения движений и танцевальных комбинаций;
- уметь общаться в коллективе;

Личностные

- Обучающийся станет внимательнее, аккуратнее, организованнее, физически сильнее.

Планируемые результаты 2-го года обучения

Предметные

- *знать* названия изученных танцевальных движений (у палки и на середине зала) и технику их выполнения;
- начало и окончание упражнения (preparation и снятие рук);
- знать основные рисунки танцев (основы пространственной композиции);
- уметь самостоятельно начинать движения, прослушав вступление; исполнять движения музыкально и выразительно;
- стремиться сохранять правильную постановку корпуса, рук, головы, исполняя танцевальные движения;
- уметь более технично и координированно исполнять движения;
- уметь подготавливать свое тело к физической нагрузке;
- импровизировать на заданную тему, используя проученные движения;
- знать правила культуры поведения в классе, за кулисами, на сцене;
- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с
- содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной. пружинящий шаг, поскок»
- владеет техникой хореографического движения (основные позиции рук и

ног, правила выворотности, гибкости корпуса, осанки, ориентироваться в пространстве, двигаться согласно характеру музыки, держать темп);
- знает точки зала, выполняет самостоятельное перестроение в соответствие с заданием, знает примеры детских постановок в рамках хореографического искусства;
- владеет навыками художественной выразительности исполнения танца (раскрытие художественного содержания, правила вхождения в образ, различать различные характеры музыки);
- проявляет интерес к занятиям;
- имеет первоначальные навыки выступления (достаточно уверенно держаться и двигаться на сцене);
- имеет стремление к успешности в процессе обучения хореографии

Метапредметные

- владеть выразительным и эмоциональным исполнением движений и танцевальных комбинаций;
- уметь правильно настраивать себя на выступления перед зрителями;
- станет физически сильнее и выносливее;
- владеть элементарными навыками общения в коллективе, за кулисами, на сцене;
- уметь перемещаться по сценической площадке, сохраняя интервалы и ровность рисунка;
- сформированы умения планировать, контролировать и оценивать выполнение действий;
- сформированы умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- владеет логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, классификации;
- развиты умения ориентации на разнообразие способов решения задач;
- развиты умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;

Личностные

- Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей,
- способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый
- сценический образ, раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом,
- ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что

  способствует развитию души, духовной сущности человека.

  сформированы основы российской гражданской идентичности, чувства

гордости за свою страну;

- развита самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- развиты этические чувства, доброжелательность, отзывчивость;

Планируемые результаты 3-го года обучения

Предметные

- владеют навыками детского танцевального исполнительства (правильно исполняет разученные комбинации и танцы, четко определяет на слух начало и окончание музыкальной фразы, управляет координацией движений, владеет чувством ритма и темпа, ориентируется в пространстве);

- знает точки зала, умеет выполнять самостоятельное перестроение в соответствие с заданием;
- знает примеры детских постановок в рамках хореографического искусства;
- владеет навыками художественной выразительности исполнения танца (раскрытие художественного содержания, правила вхождения в образ, различать различные характеры музыки);
- знают и соблюдают основные правила техники безопасности на занятии, поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке за пределы города и России.
- **Метапредметные**
- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в
  сотрудничестве;

Личностные

- сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные,
  учебно-познавательные и внешние мотивы.
- любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения

результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей;

- навыков творческой установки.
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве,
- естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.
- развита самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- развиты этические чувства, доброжелательность, отзывчивость;
- сформированы основы российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою страну;
- сформированы эстетические потребности, ценности и чувства;
- развиты навыки взаимодействия и сотрудничества со сверстниками и взрослыми людьми;
- развиты основы экологической культуры;
- сформированы установки на здоровый образ жизни и начальные навыки адаптации в социуме;

Планируемые результаты 4-го года обучения

Предметные

- воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- терминологию и методику выполнения проученных движений;
- составляющие компоненты танцевального номера;
- осознанно контролировать выполнение движения;
- владеть более сложной координацией движений;
- импровизировать, используя различные музыкальные стили
- владеют техникой классического хореографического движения (освоение и совершенствование основных пяти позиций ног, трех основных позиций рук, корпуса, формирование выворотности; укрепление общего физического состояния; закрепление знаний профессиональной терминологии);
- владеют навыками художественной выразительности исполнения танца (применяют пластику для выражения танцевального образа, использование приемов создания художественного образа, первоначальные знания о законах сценического движения, общая хореографическая культура учащихся);

- грамотно используют современные технические средства концертной деятельности (точки сцены, фонограмма, костюм, общий образ исполнителя, связь со зрителем);
- имеют навыки выступления (подготовка к концертной деятельности учащихся, создающих индивидуальный и коллективный репертуары).

Метапредметные

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- участвовать в музыкально-концертной жизни объединения, учреждения, района и области
- развиты умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- развиты умения и навыки решения проблем творческого и поискового характера;
- развиты умения определять общую цель и пути ее достижения; умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- умеют осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- развито умение конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов разных сторон.

Личностные

- Знание моральных норм и сформированность морально-этических
- суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.
- Развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической

творческой деятельности;

- Развитие эстетического вкуса, высоких нравственных качеств.
- Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально – творческих возможностей.
- развита самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- развиты этические чувства, доброжелательность, отзывчивость;

Планируемые результаты 5-го года обучения

Предметные

- Знание терминологии и методики выполнения проученных движений;

- Знание направлений хореографического искусства;
- Знать составляющие компоненты хореографического номера;
- понятие импровизации;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.
- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- выполнять проученные элементы у станка и на середине зала

Метапредметные

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- целеустремлённость и настойчивость в достижении цели
- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.
- выполнять комбинации движений из танцев народов разных национальностей, изучаемых по программе;
- осознанно контролировать выполнение движений и видеть ошибки в исполнении других учащихся;
- выполнять задания на основе импровизации, самовыражаться через танец;
- владеть навыками ансамблевого исполнения;
- открыто выступать на публике.

Личностные

- развиты чувства патриотизма, уважения к Отечеству;
- сформирована готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- сформировано целостное мировоззрение;
- сформированы ценности здорового и безопасного образа жизни;
- сформированы коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми младшего и старшего школьного возраста, взрослыми;

- сформированы основы хореографической культуры и актерского мастерства;

Планируемые результаты 6-го года обучения

Предметные

- владеют техникой танцевального исполнительства (знать основные позиции и положения рук и ног, положение головы и корпуса, элементы народного танца, освоение их на «середине», грамотно выполнять экзерсис у станка);
- владеют навыками художественной выразительности (исполнение движений народного танца с сохранением характера музыки, грамотно, выразительно раскрывать художественное содержание, создавать музыкально-хореографический образ);
- владеют техникой народного танца (знать движения, ходы, проходки, верчения, сценические движения на середине зала, у станка с силовой нагрузкой, в движении по диагонали);
- владеют навыками танцевального исполнительства (уметь танцевать в паре, владеть корпусом, движением рук, головы, иметь культуру выразительного исполнения танцев и комбинаций, способность исполнять трюковые движения мужского и женского танца);
- владеют средствами исполнительской выразительности (выражение танцевального образа, использование приемов создания художественного образа);
- импровизируют 1-2 минуты, используя знания о детских постановках в рамках хореографического искусства, имеют собственные хореографические предпочтения (оценочное музыкальное мышление на основе элементарных знаний истории хореографического искусства).

Метапредметные

- развито умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и сформировано умение понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- развито умение ориентации на разнообразие способов решения задач;
- развито умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- развиты умения и навыки решения проблем творческого и поискового характера;
- развито умение конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов разных сторон;

Личностные

- сформированы ценности здорового и безопасного образа жизни;
- сформированы нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;

сформирован высокий уровень мотивации к успешности (активно участвовать и побеждать в концертной деятельности: индивидуальные и групповые

выступления в концертных программах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях России)

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во часов	Режим занятий
1	19.09.2025	29.05.2026	36	144	2 раза в неделю по 2 (акад. часа)
3	01.09.2025	29.05.2026	36	216	3 раза в неделю по 2 (акад. часа)
5	01.09.2025	29.05.2026	36	288	3раза в неделю по 2-3 (акад. часа)

2.2 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.2.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Минимально необходимый для реализации программы «Хореографический ансамбль «Ритмы детства» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- зал, имеющий пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), оборудованные балетными станками, зеркалами;
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки для обучающихся и педагога.

2.2.2. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Реализация дополнительной общеразвивающей программы «Хореографический ансамбль «Ритмы детства»» обеспечивается педагогом дополнительного образования, имеющим среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее художественной направленности, и отвечающим квалификационным требованиям, указанным в

квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»

2.2.3. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для достижения поставленной цели и реализации задач программы используются следующие методы обучения:

словесный (объяснение, разбор, анализ);

наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);

практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);

аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);

эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);

индивидуальный подход к каждому обучающемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы в рамках общеразвивающей образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленной цели и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

Деятельность по программе «Хореографический ансамбль «РИТМЫ ДЕТСТВА» строится на основе следующих принципов:

Принцип субъектный.

Педагог и обучающийся определяются активными субъектами образования.

Принцип уважения к личности ребенка

В сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка.

Принцип, сознательности и активности обучающихся

Предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению. Условий, для осознания обучающихся, правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков.

Принцип дифференцированного и индивидуального подхода

Предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения.

Принцип преемственности, последовательности и систематичности

заключается в такой организации обучающего процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы,

позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития.

Принцип наглядности

Осуществляется через показ выполнения приемов и действий.

Принцип доступности

Заключается в применении основного правила дидактики «от простого к сложному, от известного к неизвестному».

Принцип самоактуализации

В каждом ребёнке существует потребность в актуализации своих интеллектуальных, коммуникативных, художественных способностей. Важно побудить и поддержать стремление обучающегося к проявлению и развитию своих природных и социально приобретённых возможностей.

Принцип индивидуализации

Создание условий и поддержка индивидуальности обучающегося в условиях коллективного обучения.

Принцип творчества и успеха

Благодаря творчеству воспитанник выявляет свои способности, узнаёт о «сильных» сторонах своей личности. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию комплекса успешного человека, стимулирует стремление к познавательной деятельности, осуществление дальнейшей работы по совершенствованию и самостроительству своего «Я».

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Форма и этапы контроля:

- контрольные занятия;
- проведение тренингов
- зачёт для всей группы, для выступающего состава - отчетный концерт;
- проверочные задания на соединение движений в связки;
- наблюдение;
- участие в конкурсах, смотрах и фестивалях различных уровней.

Программа предусматривает овладение основами музыкальной грамоты, развитие координации, ловкости, силы, выносливости, исполнительской техники, умение выразительно, одухотворенно выполнять движения. А также выступления с концертными номерами на сцене, участие в разных концертах, конкурсах, фестивалях.

В ходе освоения программы ребенок получает комплекс знаний и умений, опыт творческой деятельности в хореографическом искусстве. Занятия по хореографии способствуют гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формируют их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

- выразительного движения,
- навыки ориентации в пространстве,
- навыки выполнения акробатических упражнений.

Усвоения программного материала детьми, и развитие других качеств обучающихся определяются по трем уровням:

В ходе реализации данной программы прогнозируются конкретные результаты детей, форма аттестации. Используются различные способы определения результативности обучения.

Входящая диагностика – проводится для вновь прибывших в объединение 1 года обучения для проверки имеющихся знаний и умений обучающихся.

Опрос.

Текущий контроль - проводится для определения степени усвоения обучающимися учебного материала, определение готовности к восприятию нового материала.

Наблюдение.

Промежуточная аттестация – проводится для определения степени усвоения учебного материала, определение результатов обучения.

Открытые занятия. (декабрь)

Концерт. (май)

Итоговый контроль – проводится для выявления уровня развития способностей и личностных качеств, обучающихся и их соответствия планируемым результатам образовательной программы.

Открытое занятие, концерт.

Сроки проведения:

Текущий контроль – (октябрь) согласно утвержденному графику аттестации.

Промежуточный контроль– (декабрь) и в конце учебного года (май), согласно утвержденному графику аттестации;

Итоговый контроль - проводится для обучающихся, прошедших полный курс обучения по о общеразвивающей дополнительной программе в конце учебного года (май), согласно утвержденному графику аттестации.

Формой подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Хореографического ансамбля «Ритмы детства»» предполагаются: открытые занятия для родителей, контрольныеи открытые занятия, выступления в различных концертных программах, конкурсах, фестивалях. В конце каждого учебного года будет проводиться отчётный концерт ансамбля.

2.4.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Итогом реализации программы «Хореографический ансамбль «Ритмы детства»» является уровень сформированных предметных, метапредметных компетенций и личностных результатовучащихся:

Критерии оценки

Высокий уровень

- Имеет высокие навыки выразительного движения, партерного экзерсиса, музыкально-ритмической деятельности.
- Знает основные вехи в истории становления хореографии, особенности основныхтанцевальных направлений.
- Способен самостоятельно проанализировать хореографическую композицию повсем критериям.
- Умеет воплощать свои идеи через художественные образы.
- Работает быстро. Имеет высокую общую работоспособность.
- Обладает разносторонними способностями.
- Рассматривает один и тот же факт, явление с разных точек зрения, проявляя глубокий интерес к открытиям в мировой цивилизации, умеет доказывать, опровергать.
- Свободно владеет поиском недостающей информации. Умеет приобретать знания впроцессе самостоятельной поисковой деятельности.
- Имеет большой словарный запас.
- Умеет «встраивать» новые знания в систему уже усвоенных и применяемых напрактике знаний и в проблемную ситуацию.
- Свободно ориентируется в овладении умениями сопоставлять, критическианализировать.
- Самостоятелен в принятии решения.
- С большим интересом посещает занятия в творческом объединении, расширяя иуглубляя знания в интересующей его области.

Средний уровень

- Анализирует хореографическую композицию по наиболее ярким признакам.
- Затрудняется в определении музыкального размера.

- Двигаясь, ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счета в ритмических упражнениях, неплохо справляется с отсчетом ритма.
- Может дать определения танцевальным элементам, допускаются некоторые неточности в пояснении техники их выполнения.
- Обладает прочными знаниями и твердыми умениями всех умственных действий, развивающих творческую индивидуальность личности.
- Процесс выполнения всех видов творческих упражнений носит сознательный характер. Ребенок осознает цель, понимает возникшую проблему. Внутренне планирует содержание, структуру и проектируемые результаты деятельности.
- Умеет проводить тщательный анализ задачи, наличие данных в ней, при этоммможет прибегать к помощи педагога.
- Выделяет сущность в явлениях, процессах, виде связи, зависимости между явлениями, процессами.
- Пытается самостоятельно выделить отдельно причины, следствия, а также причинно-следственные связи в развитии явлений и на основе этих процессов выделять закономерности, пытается делать выводы.
- Моделирует ход суждений, обладая системной информацией, при этом твердо удерживая внутренний план действий.
- Имеет знания и умения по самообразованию и самообучению

Низкий уровень

- Поверхностно владеет информацией об основных вехах в истории становления хореографии, об особенностях основных танцевальных направлений.
- Во время опроса на аттестационных занятиях, или в процессе других видов работотне знает танцевальной терминологии.
- Стремится к выделению главного, обобщению, а также сравнению, доказательству,опровержению. Однако, системой умственных действий не обладает.
- Не чувствует ритм и характер музыки, не ориентируется в музыкальном размере.
- Умеет делать простые выводы в более сложные, а также преобразовывать в заключения.
- Овладение материалом происходит в том же объеме и порядке, в каком изложенына занятии, не внося нового.
- Свободно переносит знания с одного явления на другое, но не широко.
- Умеет проводить опытную и опытно-экспериментальную работу на основе предложенного учителем плана, наблюдая и фиксируя значительное в явлениях, процессах, а также делать выводы из фактов и их совокупности, но разработать план поисковой работы самостоятельно не умеет.
- Принимает активное участие в решении одной задачи, имеющей разные задания, сначала простые и далее усложненные, но самостоятельно дополнить задачу не может, поставив, например, ряд вопросов.
- Может работать с несколькими информационными источниками сразу (учебное пособие, занимательная литература, энциклопедические материалы), выбирая и конструируя короткую информацию.
- Мало способен к продуктивному участию в совместной деятельности.

- Не готов к самостоятельной организации обучения, нуждается в постоянной помощи педагога.

Контроль предметных компетенций (теоретических знаний и практических умений и навыков) осуществляется с помощью карт сформированных предметных компетенций (таблица 1).

Лист диагностики сформированности знаний и умений

Баллы	Параметры оценки	Фамилия обучающихся													
1. Общемузыкальные компетенции:															
3	музыкально исполняет движения, хорошо развито чувство ритма. Чуткореагирует на интонационные и темповые оттенки звучания. Двигаясь, ребенок правильно ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счета, легко справляется с ритмическими заданиями. Безошибочно вступает на нужной доле такта. Движения гармонично сливаются с музыкой. Танцует красиво, ритмично														
2	достаточно музыкально и ритмично исполняет движения. Двигаясь, ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счета вритмических упражнениях, неплохо справляется с отсчетом ритма. Несколько неуверенно исполняет движения при темповом изменении вмузыке - торопится или наоборот опаздывает. Движения не всегда совпадают с музыкой. «Заторможенность» реакции на музыку мешаетвовремя вступить на нужной доле музыкального такта														
1	слабо владеет музыкально - ритмическими навыками. Не чувствителен к ритму, темпу, фразировке мелодий. Движения неуверенны, часто «в разрез» с музыкой. Не умеет самостоятельно вступить на нужной доле музыкального такта														
2. Координация тела и пластичность движений у ребенка:															
3	у ребенка хорошо развита координация тела и движений. При выполнениитанцевальных движений корпус держит прямо, шаг четкий, движения пластичные. Свободно справляется со сложно координированнымидвижениями. Все движения выполняет														

	уверенно, красиво																
2	ребенок достаточно правильно координирует свои движения. Умеет точно иуверенно выполнять простые движения. В более сложных комбинациях не всегда справляется с координированием движений. Выполняет движения несовсем красиво, корпус не подтянутый. Пластичность движений выполняется слабо																
1	Низкий: не умеет координировать свои движения. Не владеет принципом «продвижения». Корпус наклоняет вперед, шаг неуверенный, не четкий.																
	Движения «грубые», не пластичные																
	3. Собранность, умение концентрировать свое внимание:																
3	ребенок предельно собранный и внимательный. Точно и музыкально выполняет движения, уверенно справляется с более сложным заданием. Владеет умением концентрировать свое внимание																
2	может быть собранным и внимательным. Движения выполняет правильно,согласно своему счету. Недостаточно владеет умением сосредоточиться, часто отвлекается. При выполнении движений допускает ошибки																
1	ребенок несобранный, внимание рассеянное. Редко справляется с выполнением задания самостоятельно. Не владеет умением концентрироватьсвое внимание. С помощью педагога может справиться																
	4.Танцевальный шаг ***(****т*анцевальный шаг измеряет способность поднятия работающей ноги на определенную высоту, которая измеряется в градусах)***:***																
3	выше 90 ° (нога легко поднимается)																
2	90° (нога поднимается «тяжело», не выше 90о)																
1	ниже 90° (мышцы ноги не обладают достаточной эластичностью)																
	5.Танцевальный баллон *(прыжок)*																
3	15-20 см. Натянутая стопа одновременно отрываются от пола. Прыжки легкие, четкие, ритмичные																

2	15-10 см. Прыжки «тяжелые», не достаточно высокие															
1	до 5 см. Натянутая стопа почти не отрывается от пола															
6. Техника исполнения																
3	свободно владеет пластикой и динамикой движений, полное и правильное исполнение упражнений															
2	скоординированность движений, допускаются несущественные ошибки при исполнении упражнений															
1	несогласованность в движениях, упражнения выполняются с ошибками в исполнительском плане и последовательности элементов															
7. Гибкость																
3	полная складка вперед к ногам в положении стоя и лежа. Методически грамотное выполнение перегиба назад															
2	частичная складка вперед к ногам в положении стоя и лежа или неточное выполнение перегиба назад															
1	не складывается к ногам в положениях лежа и стоя или неправильное выполнение перегиба назад															
8. Самостоятельность мышления, раскрытие творческого потенциала																
3	умеет воплощать свои идеи через художественные образы															
2	умеет составлять танцевальные этюды															
1	умеет составлять танцевальные комбинации															
9. Знание истории хореографического искусства																
3	знает основные этапы развития хореографического искусства. Легко отвечает на поставленные (дополнительные) вопросы															
2	знает основные этапы развития хореографического искусства															
1	поверхностно владеет информацией															
10. Танцевальная терминология и правила																
3	ребенок может дать определение танцевальным элементам и пояснитьтехнику их выполнения															

2	ребенок может дать определения танцевальным элементам, допускаются некоторые неточности в пояснении техники их выполнения																
1	ребенок может дать определения танцевальным элементам, но затрудняется пояснить технику их выполнения																
11. Эмоционально-художественная настроенность																	
3	распознает и оценивает разные эмоциональные состояния свои и другихлюдей по жестам, мимике, речи, интонации. Проявляет произвольную активность в выражении эмоций. Развита эмоциональная выразительностьмимики, жестов, речи, голоса. Высокий уровень включенности в художественный образ. Не насыщаемая потребность в восприятии иисполнении произведений искусств																
2	распознает разные эмоциональные состояния свои и других людей. Выражает свое эмоциональное состояние при помощи мимики, жестов, речи,																
	голоса, включаясь в художественный образ. Есть устойчивая потребность в восприятии и исполнении произведений искусств																
1	замечает разные эмоциональные состояния. Пытается выразить эмоциональное состояние, не проникая в художественный образ. Есть потребность воспринимать или исполнять произведения искусства, но не всегда																

2.5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с.,

2. Смирнова, М.В. Классический танец]: книга для учителей / М.В. Смирнова. – М., 2014;. – 230с. ;

3. Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.;

4. Козлов, В.В. Физическое воспитание обучающихся в учреждениях дополнительного образования: Акробатика.]: учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.;

5. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 1,2 часть.

6. Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ;

7. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ;

8. Горшкова Е. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 - 7 лет творчества в танце. - М.: Издательство «Гном и Д»., 2002. - 120с.

9. Фоменко И.М. Основы народно-сценического танца. - Орел, 2002.160 стр.

10. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - Орел, 2004 ,75 стр.

11. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981 89 стр.

12. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации у станка– М.: Гуманитар. Изд. Центр. ВЛАДОС, 2004.

13. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М.: Гуманитар. Изд. Центр. ВЛАДОС, 2004.

14. Бурнаев А. Мордовский танец. Саранск, 2002 ,52 стр.

15. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995,78 стр.

Литература для педагога

1. Пуртова, Т.В., Учите обучающихся танцевать учеб.- метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с.

2. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с.,

3. Васильева, Т.К. Секрет танца.]: учеб.- метод. пособие / . Т.К.Васильева. – Санкт-Петербург: Диамант, 2016– 180с.

4. Смирнова, М.В. Классический танец книга для учителей / М.В. Смирнова. – - М., 2015;. – 230с. ;

5. Васильева, Е. Танец книга для учителей / Е. Васильева – М.: Искусство,

2016. – 210с.;
6. Козлов, В.В. Физическое воспитание обучающихся в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2014.- 64 с.;
7. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ;. 1,2 часть.

8. Левин, М.В. Гимнастика в хореографической школе. учеб.- метод. пособие / М.В. Левин – М: Терра. Спорт., 2017г.–
9. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. []: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ;
10. Смирнова М.В. Классический танец книга для учителей / М.В. Смирнова. – - М.: Просвещение, 2016;. – 230с. ;

Литература для учащихся и родителей

1. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии учеб.- метод. пособие /Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с.,.
2. Васильева, Т.К. Секрет танца. учеб.- метод. пособие /Т.К.Васильева. – Санкт- Петербург: Диамант, 2016– 180с. ;.
3. Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.;
4. Козлов, В.В. Физическое воспитание обучающихся в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.;
5. Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 1,2 часть.
6. Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. учеб.- метод. пособие / Э. Миллер , К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ;
7. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ;
8. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. книга для учителей
/ Е. Г. Попова - М: Искусство, 2017.– 240с Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М.: Гуманитар. Изд. Центр. ВЛАДОС, 2004.

Законы и нормативные акты

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
5. Приказ Минтруда РФ от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
6. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.092020 №28.
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм и СанПиН 1.2.2685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
9. Распоряжение министерства образования Сахалинской области от 22 сентября 2020 года № 3.12-902-р «Об утверждении концепции персонифицированного дополнительного образования детей в Сахалинской области»
10. Письмо министерства образования Сахалинской области от 11.12.2023 № 3.12-Вн-5709/23 «О направлении информации (в месте с «Методическими рекомендациями по проектированию и реализации дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых в Сахалинской области)».
11. Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительной общеразвивающей программы, реализуемой на территории МО «Томаринский городской округ» Сахалинской области, утверждены приказом отдела образования МО «Томаринский городской округ» Сахалинской области от 23.04.2024 №100-а.

12. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 №882/391 «Об организации осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ

13. Методические рекомендации для субъектов РФ по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме» (утв. заместителем министра просвещения РФ М.Р. Раковой 28.06.2019 №МР-81/02вн)

14. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

15. Устав образовательной организации.

16. Локальные акты образовательной организации.

2.6. ПРИЛОЖЕНИЯ

Входящая диагностика в форме просмотра проводится с детьми, поступающими на первый год обучения .Цель диагностики – проследить динамику развития и рост мастерства учащихся. Диагностический контроль даёт возможность определить уровень мотивации выбора и устойчивости интереса, воспитанности учащихся, творческих способностей, отношение к трудовой деятельности. Входная диагностика на начальном этапе дает возможность педагогу подобрать оптимальный объем учебного материала, определить точки роста учащихся. Во время первичной диагностики определяются следующие данные: координация, музыкальность, гибкость, растяжка, прыжок, память.

Критерии оценки: низкий, средний и высокий уровень хореографических данных.

Результаты первичной диагностики фиксируются в диагностической карте.

Критерии оценивания:

1. Координация

Ребёнку предлагается простое упражнение на координацию – 16 прыжков с соединением ног и синхронным опусканием рук вниз, затем соединить ноги, руки раскрыть в стороны.

Низкий уровень - ребёнок не может скоординировать ноги и руки во время всего упражнения.

Средний уровень - ребёнок координирует руки и ноги на первых 8 прыжках.

Высокий уровень - ребёнок хорошо координирует ноги и руки во время всего упражнения.

2. Музыкальность

Ребёнок должен пройти по кругу под музыку марша, не сбиваясь с ноги, точно в такт музыки.

Низкий уровень - ребёнок не может пройти в такт музыки.

Средний уровень - ребёнок иногда сбивается с ноги во время упражнения.

Высокий уровень - ребёнок не сбивается с ноги во время всего упражнения.

3. Гибкость

Ребёнок должен согнуться как можно сильнее вперёд и перегнуться назад, не сгибая колен.

Низкий уровень - ребёнок не может достать пальцами до пола, гнётся назад на 25 градусов.

Средний уровень - ребёнок достаёт пальцами до пола, гнётся назад на 45 градусов.

Высокий уровень - ребёнок достаёт ладонями до пола, гнётся назад на 90 градусов.

4. Растяжка

Ребёнок должен как можно сильнее растянуться на продольный и поперечный шпагат. У станка проверяется уровень поднятия ноги (шаг) вперёд, в сторону, назад.

Низкий уровень - ребёнок не достаёт до пола около полуметра, у станка не может поднять и подержать ногу на 45 градусов.

Средний уровень - ребёнок не достаёт до пола 10 сантиметров, у станка поднимает и держит ногу на 90 градусов.

Высокий уровень - ребёнок свободно растягивается на шпагат, у станка поднимает и держит ногу на уровне более 90 градусов.

5. Прыжок

Ребёнок должен сделать 16 прыжков как можно выше.

Низкий уровень - ребёнок отрывается от пола на 5 сантиметров.

Средний уровень - ребёнок отрывается от пола на 10 сантиметров.

Высокий уровень - ребёнок отрывается от пола на 20 –30 сантиметров.

6. Память

Ребёнку предлагается простое упражнение, которое он должен запомнить и повторить: 4 шага на месте, 4 хлопка.

Низкий уровень - ребёнок не может запомнить и повторить упражнение с третьего раза.

Средний уровень - ребёнок запоминает и повторяет упражнение со второго раза.

Высокий уровень - ребёнок запоминает и повторяет упражнение с первого раза.

Результаты диагностики фиксируются в диагностической карте.

Упражнения подбираются педагогом с учётом возраста ребёнка. Старшим детям можно дать задания более сложные.

Входящая диагностика (опрос)

2 год обучения

1. Хореография это:

А) вокальное искусство
Б) танцевальное искусство
В) изобразительное искусство
2. Классический танец в переводе с латинского означает:
А) вежливый
Б) серьезный
В) образцовый
3. Сколько позиций рук в классическом танце:
А) 1
Б) 3
В) 5
4. Releve (релеве) в классическом танце это:
А) поза
Б) прыжок
В) полупальцы
5. Одним из современных уличных танцев является:
А) хоровод
Б) полька
В) хип-хоп
6. Running men (рейнин мен) это основное движение танца:
А) вальс
Б) полонез
В) хип – хоп
7. Что является опорой для танцовщика:
А) обруч
Б) полка
В) станок
8. «Мостик», «свечка», «затяжка», «ласточка» - эти упражнения относятся к :
А) растяжке
Б) акробатике
В) классическому танцу
9. Сколько точек направления движения в танцевальном зале, на сцене:
А) 6
Б) 7
В) 8
10. «Рандат» - это упражнение:
А) растяжки
Б) акробатики
В) хип-хопа.

3 год обучения.

1. Богиня танца:
А) Мая Плисецкая
Б) Айседора Дункан
В) Терпсихора
2. Demi plie (деми плие) в переводе с французского означает:

А) поза
Б) маленькое приседание
В) большое приседание.
3. Preparation (препарасьен) это:
А) поклон
Б) подготовительное упражнение перед началом движения:
В) подъем на полупальцы.
Народный танец – это одно из направлений:
А) музыки
Б) оперного искусства
В) хореографии
5. Какой позиции ног нет в классическом танце:
А) 4
Б) 5
В) 6
6. Какой музыкальный размер характерен для вальса:
А) 2/4
Б) 3/4
В) 4/4
7. Композитор балета «Лебединое озеро»
А) Чайковский И. В.
Б) Петипа М. И.
В) Прокофьев С. С.

4 год обучения.

1. Танец в стиле vogue (вог) – это пародия на:
А) певцов
Б) моделей
В) балерин
2. Координация – это.:
А) подготовительное упражнение
Б) одновременная работа рук и ног
В) согласованная работа рук, ног, головы, корпуса
3. Носки вместе, пятки разведены в сторону – это позиция:
А) классического танца
Б) народного танца
В) бального танца.
4. Сколько форм port de bras (пор де брас) существует в классическом танце:
А) 3
Б) 5
В) 6.
5. Упражнение «припадание» - характерно для:
А) народного танца
Б) contemporary (контемпорари)
В) hip – hop (хип-хопа)
6. Streh (стрейч) – это:

А) выпад
Б) растяжка
В) наклон
7. Импровизация переводится с латинского, как:
А) спокойный, размеренный
Б) понятный
В) неожиданный, внезапный
8. Мариус Петипа был:
А) композитором
Б) балетмейстером
В) сценаристом

5 год обучения

1. Майя Плисецкая была:
А) русской балериной
Б) актрисой польского кино
В) французской певицей
2. Прыжок changement de pieds (шажман дэ рье) выполняется:
А) с одной ноги на другую
Б) с двух ног на одну ногу
В) с двух ног на две ноги
3. Ecarte (экарте) – это:
А) поза классического танца
Б) прыжок из народного танца
В) движение hip – hop (хоп – хоп) танца
4. Balancoirs (балансуар) с французского языка переводится, как :
А) падение
Б) качели
В) бросать
5. Гимнастикой для лица занимаются на уроке:
А) классического танца
Б) народного танца
В) актерского мастерства
6. Как называется «бросок» ноги по французски:
А) plie
В) jete
В) grand
7. Балетмейстер – это создатель :
А) оперного представления
Б) балетного спектакля
В) театрального представления
8. Demi в танцах означает:
А) термин, указывающий, что движение исполняется по полу
Б) термин, определяющий максимальную величину движения
В) термин, указывающий, что выполняется половина движения
9. Народный танец – это:

А) это танец несущий соревнование
Б) выразительные движения человеческого тела
В) древнейший вид народного искусства, созданный народом и исполняемый в быту.

6 год обучения.

1. Allegro означает:
А) медленно
Б) быстро
В) плавно
2. Позиция рук, в которой руки подняты вверх, образуя овал над головой, ладони повернуты вниз:
А) II
Б) III
В) подготовительное положение
3. Экзерсис у станка – одна из составляющих урока:
А) музыки
Б) хореографии
В) физкультуры
4. Parterre (партер) в хореографии – это:
А) прыжки
Б) движения на пальцах
В) движения по полу
5. В пуантах танцуют танцовщики:
А) балета
Б) народного танца
В) латино – американского танца
6. Движения бедрами по восьмерке характерно для:
А) русского танца
Б) классического танца
В) танца samba (самба)
7. В позиции attitude (аттитюд) свободная нога:
А) натянута
Б) согнута в колене, образуя тупой угол
В) натянута с сокращенной стопой
8. Pa balance (па балансе) означает
А) раскручивание
Б) раскачивание
В) разбег

Высокий уровень - 7 и более правильных ответов
Средний уровень – 4-6 правильных ответов
Низкий уровень – 3 и менее правильных ответов