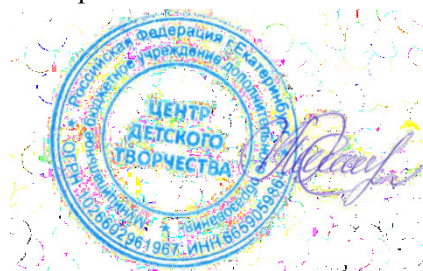


Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования -  
Центр детского творчества

Программа рассмотрена и рекомендована  
к утверждению на заседании  
Методического совета МБУ ДО - ЦДТ  
протокол от 16.06.2023 №4



Г. Хисамова

Г

8

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности

**Танцевальный коллектив  
«Красно солнышко»**

Целевая группа	5-15 лет
Срок реализации	4 года
Количество часов	720 часов

Автор-разработчик:  
Саввина Александра Витальевна  
педагог дополнительного  
образования

Екатеринбург, 2023 г.

## Содержание

### I. Комплекс основных характеристик

1. Пояснительная записка
2. Цели и задачи программы
3. Содержание общеразвивающей программы

### II. Комплекс организационно-педагогических условий

1. Календарный учебный график
2. Условия реализации программы
3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Список литературы

Приложение

## **I. Комплекс основных характеристик.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

**Направленность программы:** художественная.

В обучении и воспитании подрастающего поколения, важная роль отводится дополнительному образованию, в частности художественному направлению развития детей, приобщению детей к хореографическому искусству. Народно-сценический танец является одним из основных предметов в области хореографического исполнительства и направлен на эстетическое воспитание детей, приобретение основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира.

Программа разработана на основе нормативно-правовой документации:

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

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 24-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (в редакции 2013 г.).

Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162 Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Устав МБУ ДО-ЦДТ.

**Актуальность** данной программы определяется запросом родителей и детей на художественно-эстетическое развитие, а также необходимостью «здоровьесбережения» и развития коммуникативных способностей в творческой деятельности. Программа направлена на раскрытия творческого потенциала, самореализации личности, развитие физических данных детей. В настоящее время большое значение уделяется вопросу конкурентоспособности на хореографических конкурсах и фестивалях как одной из актуальных проблем в сфере хореографического искусства. Анализ современного состояния проблемы позволяет сделать вывод, что в соответствии с социальными заказами на проводимые мероприятия возникает потребность обращаться к следующим направлениям танца: - классическому танцу, как основной учебной дисциплине, задачами

которой являются развитие техники и выразительности - народному танцу (стилизиция народного танца), как дисциплине, в основе которой лежит работа с характером танца, манерой исполнения и особенностями танцы различных национальностей

### **Целевая группа:**

Программа разработана для обучающихся 5-15 лет.

Численный состав обучающихся в группе не должно быть менее 8 человек и не должен превышать 25 человек.

#### Возрастные особенности детей

Возраст 5 - 6 лет характеризуется этот период детства, как период неравномерного и волнообразного развития. Процессы возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность совершенствуются. Развивается сила, скорость, выносливость. При подвижных движениях необходимо ставить точные задачи, контролировать ход занятия. Наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребёнка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Поэтому приоритетными задачами становятся: развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку, формирование адекватной оценки и самооценки. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца. К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия, выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц. В 7-8лет возрасте у ребенка обычно начинает формироваться потребность в достижении успехов (Немов Р.С.). Дети, в частности, начинают различать способности и прилагаемые усилия и понимать, что успех во многом зависит от старания. Дети уже вполне понимают, что дефицит способностей может быть компенсирован приложением усилий, осознают то, что оценивают и хвалят не столько за способности, сколько за прилагаемое старание. И это становится большим стимулом для самосовершенствования и надежной сознательной мотивационной основой для самовоспитания в коллективе 8-10лет. На данном возрасте необходимо осуществлять активную деятельность по развитию осанки и равновесия. Учитывая, что дети не могут долго стоять прямо, важно постепенно и последовательно вырабатывать позу на основе выполнения различных упражнений. Для развития чувства танцевального движения следует последовательно развивать различные виды координации, которые осваиваются на основе комбинации движений классического и народного танца. Внимание обучающихся этой возрастной группы быстро притупляется, поэтому следует постоянно подкреплять логическое восприятие образным. В 10-12лет у обучающихся замечаются нарушения ранее выработанных видов координации из-за неравномерного роста частей тела. С другой стороны, дети становятся выносливее в физическом отношении, что позволяет увеличить физическую нагрузку за счет количества повторов движений на занятиях и репетициях. В это время, в связи с тем, что девочки опережают мальчиков в росте и координации, целесообразно заниматься с мальчиками отдельно. Раннее физическое развитие подростков требует учитывать их стеснительность, щадить самолюбие, поощряя трудолюбие. Умственное и физическое развитие обучающихся позволяет педагогу углубить знания об освоенных движениях, возможно разъяснение законов движений, техники, музыкальной и танцевальной выразительности. Продолжаем обращать внимание на формирование осанки, техники исполнения, на воспитание культуры общения между партнерами. Выбору репертуара и манере исполнения, более активно влиять на развитие художественного вкуса и творческих способностей обучающихся. Отличительной особенностью детей подросткового возраста 13-15 является их тяга к общению со

сверстниками и, как следствие этого, некоторая социально психологическая изолированность от взрослых. Однако они очень нуждаются в помощи взрослых, хотя сами могут этого и не осознавать. В ансамбле создана благоприятная возможность для межвозрастного общения детей и взрослых через совместный труд, что формирует у подростка чувство ответственности.

**Режим занятий:**

Периодичность занятий в неделю:

2 раза, по 2 академических часа 1,2 год обучения.

3 раза по 2 академических часа 3,4 год обучения.

Длительность одного академического часа

**Объем программы: 720 часа**

1, 2 год обучения 144 часа.

3,4 год обучения 216 часа

**Срок освоения: 4 года**

Особенности организации образовательного процесса: Программа может реализовываться в дистанционной форме. Педагогом разработаны видео занятия в соответствии с учебным планом.

**Уровень программы.**

Программа 1 года обучения – стартовый уровень. Предполагает минимальную сложность, предлагаемого материала для освоения содержания программы.

Программа 2,3,4 года обучения – базовый уровень. Предполагает использование и реализацию творческой и самостоятельной деятельности обучающихся в освоении материала, которые допускают освоение специализированных знаний и умений, гарантированно обеспечивает трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления общеразвивающей программы.

**Форма обучения:** очная.

**Перечень видов занятий:** тренировки, репетиции, открытые и зачётные занятия, участие в конкурсах.

Занятия по данной программе состоят как их теоретической, так и практической части, где теория и практика совмещены в процессе практических занятий. Большая часть занятия отводится практической части. Теоретическая часть занятий включает в себя необходимую информацию о теме и предмете занятия.

- учебно-тренировочное занятие - практическое занятие, направлено на получение и закрепление знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, формирует практические умения;
- открытое занятие - итоговое занятие с показом достигнутых результатов в учебно-тренировочной работе;
- постановочно - репетиционное занятие - практическое занятие по систематизации, обобщению полученных знаний и оформление творческого продукта, в соответствии со склонностями и способностями учащихся;
- концерты, конкурсы - публичная демонстрация творческих работ;

**Формы подведения результатов:** отчетный концерт, итоговое занятие, наблюдение и др.

**Воспитательная работа.**

Воспитательная работа с обучающимися проводится в соответствии с рабочей программой воспитания МБУ ДО-ЦДТ, ее ежегодного плана.

Цель программы воспитания: развитие и социализация в соответствии с принятыми социокультурными правилами и нормами, как основы воспитанности обучающихся.

Задачи программы воспитания:

- развивать морально-нравственные качества обучающихся: честность; доброту; совесть, ответственность, чувства долга;

- развивать волевые качества обучающихся: самостоятельность, дисциплинированность, инициативность, принципиальность, самоотверженность, организованность;
- воспитывать стремления к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- приобщать обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни, рациональному и гуманному мировоззрению;
- формировать нравственные отношения к человеку, труду и природе;

**Планируемые результаты воспитания:**

- развиты морально-нравственные качества обучающихся: честность; доброта; совесть; ответственность, чувство долга;
- развиты волевые качества обучающихся: самостоятельность; дисциплинированность; инициативность; принципиальность, самоотверженность, организованность;
- развито стремления к самообразованию, саморазвитию, самовоспитанию;
- сформирован интерес обучающихся к экологической и социальной культуре, здоровому образу жизни, рациональному и гуманному мировоззрению;
- сформировано нравственные отношения к человеку, труду и природе.

**Формы проведения воспитательных мероприятий:** беседа, викторина, встреча с интересными людьми, дискуссия, тренинг, посещение театра, организация конференции, экскурсия, олимпиада, смотр, конкурс и др.

**Методы воспитательного воздействия:** убеждение, внушение, заражение «личным примером» и подражание, упражнения и приучение, обучение, стимулирование (методы поощрения и наказания, соревнование), контроль и оценка и др.

## 1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы.

**Цель программы** - формирование и развитие творческих способностей, обучающихся средствами хореографического искусства.

Задачи:

**Обучающие:**

- формировать теоретические знания, практические умения и навыки в области хореографического искусства;
- обучать самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями;
- обучать ориентироваться в танцевальных направлениях;
- формировать основные двигательные навыки, необходимые для занятия хореографией
- формировать музыкальное восприятие, эмоциональную выразительность.

**Развивающие:**

- приобщать к танцевальному искусству и общей культуре; мотивировать на самостоятельное образовательное, творческое и духовное развитие;
- формировать устойчивое стремление к самообразованию;
- формировать толерантное отношение к любым видам искусства и их национальным особенностям;
- развивать физическую выносливость, укрепить опорно-двигательный аппарат; - развить танцевальную выразительность, улучшить зрительную и музыкальную память, воображение;
- развивать навыки координации.

**Воспитательные:**

- создать и поддерживать сплоченный коллектив;

- формировать нравственную культуру, толерантное отношение друг к другу; - улучшить коммуникативные способности, повысить чувство ответственности и самостоятельности;
- формировать чувство самодисциплины;
- формировать навык работы в паре и группе.

### 1.3. Планируемые результаты программы

#### Предметные:

- сформированы теоретические знания, практические умения и навыки в области хореографического искусства;
- умеют самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями;
- умеют ориентироваться в танцевальных направлениях;
- сформированы основные двигательные навыки, необходимые для занятия хореографией
- сформировано музыкальное восприятие, эмоциональная выразительность.

#### Метапредметные:

- приобщены к танцевальному искусству и общей культуре; мотивировать на самостоятельное образовательное, творческое и духовное развитие;
- сформирован устойчивое стремление к самообразованию;
- сформировано толерантное отношение к любым видам искусства и их национальным особенностям;
- развита физическая выносливость, укреплен опорно-двигательный аппарат; развита танцевальная выразительность, улучшен зрительная и музыкальная память, воображение;
- развиты навыки координации.

#### Личностные:

- создан сплоченный коллектив;
- сформирована нравственная культура, толерантное отношение друг к другу; - улучшить коммуникативные способности, повысить чувство ответственности и самостоятельности;
- сформирована самодисциплина;
- сформирован навык работы в паре и группе.

### 1.4. Сводный учебный план

№	Название темы	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	2	2	2	
2	Партерная гимнастика	32	32	20	-	
3	Ритмика	32	32	20	-	
4	Классический танец	8	28	52	60	
5	Народный танец	20	52	52	60	
6	Постановочно-сценическая деятельность	30	34	34	68	
7	Основы актерского мастерства	18	34	34	24	
8	Итоговое занятие	2	2	2	2	
	Всего часов	144	216	216	216	216

#### 1.4.1.Первый год обучения – стартовый уровень

**Цель.** Развитие музыкально-ритмических и двигательно-танцевальных способностей у детей через овладение основами музыкально-ритмической культурой.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- Обучать слышать и слушать музыку, эмоционально откликаться на нее;
- Обучать двигаться в соответствии с музыкальным ритмом;
- Формировать танцевальные умения и навыки;
- Формировать правильную осанку.

**Развивающие:**

- Развивать умение ориентироваться в пространстве;
- Развивать темпо – ритмическую память, внимание;
- Развивать эмоциональность и выразительность исполнения движений;
- Развитие умения танцевать в группе;
- Способствовать развитию психофизических качеств, двигательного аппарата: силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации.

**Воспитательные:**

- Формировать и совершенствовать исполнительские навыки;
- Формировать навыки самостоятельной работы над танцевальным номером;
- Воспитывать культуру общения в творческом коллективе.

#### **Учебный (тематический) план 1 год обучения.**

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1	1	Беседа.
2.	Партерная гимнастика	32	5	27	Наблюдение, тестирование
3.	Ритмика	32	5	27	Наблюдение, беседа, открытое занятие
4.	Основы классического танца.	8	2	6	Наблюдение тестирование
5.	Основы народного танца	20	5	15	Наблюдение тестирование
6.	Постановочно-сценическая деятельность	30	5	25	Наблюдение. Участие в концертах, конкурсах.
7.	Основы актерского мастерства	18	5	13	Наблюдение Беседа.
8.	Итоговое занятие	2	-	2	Наблюдение
	Всего	144	37	107	

#### **Содержание учебного (тематического) плана 1 год обучения.**



### **Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности**

Теория: Техника безопасности, правила поведения на занятии, требования предъявляемые к процессу обучения. Краткое содержание программы первого года обучения.

Практика:

- игры на знакомство и объединение с коллективом
- просмотр видео о безопасном поведении

### **Тема 2. «Партерная гимнастика»**

Теория: Правила техники исполнения гимнастических упражнений.

Практика:

- первичная диагностика
- упражнения для развития стопы
- упражнения для развития гибкости в перед
- упражнения для развития гибкости назад
- упражнения для развития силы мышц плечевого пояса
- упражнения для подвижности тазобедренного сустава
- упражнения для развития силы мышц живота
- упражнения для развития силы мышц спины
- упражнения для развития шага
- комплекс упражнений с предметами
- сводный комплекс упражнений

### **Тема 3. «Ритмика»**

Теория: Понятие жанра музыкального произведения, характера музыки, темпа, динамических оттенков, ритмический рисунок.

Понятия пространства, линия, колонна, круг, диагональ.

Беседа. Слушание музыки.

Практика:

Музыкальная грамота.

- первичная диагностика.
- танцевальные жанры: вальс, полька, галоп, марш. Игровые упражнения.
- слушание музыки, танцевально-игровые движения в соответствии с характером музыки (веселая, грустная, спокойная, задорная, торжественная).
- темп музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро).

Игровые, танцевально –ритмические упражнения.

- динамические оттенки музыки (тихо, очень тихо, громко, очень громко). Игровые, танцевальные упражнения.

Танцевально-ритмические движения:

- упражнения для плеч, рук, кистей;
  - упражнения для головы;
  - танцевальные связки голова, плечи, руки;
  - ходьба с носка, на пятках, высоко подымая колени;
- шаги приставные;

- прыжки на месте по бп, в продвижении вперед;
- прыжки «хвостик, разножка»;
- прыжки на одной ноге, перескоки с ноги на ногу;
- подготовка к подскокам, подскоки в продвижении;
- упражнения с предметами, в парах, группах;
- танцевальные движения в разных ритмических рисунках 2/4, 3/4, 4/4

Упражнения на ориентировку в пространстве:

- построение в колонну, линию;
- перестроение круг, два круга;

- пары, смена пары; группы;
  - перестроение из линий в круг, в колонны, в рассыпную;
  - движение по диагонали;
- . Музыкально-ритмические игры:
- «ритмические рисунки».
  - упражнения с музыкально-ритмическими предметами» (ложки, бубен, маракас, трещотки и т.д.).
  - упражнения с предметами танца (ленты, цветы, мячи, игрушки, корзины итд).

#### **Тема 4. «Классический танец»**

Теория: Понятие танец, классический танец, правильного произношения названий танцевальных движений классического танца, особенности выполнения определенных движений. Просмотр мультфильма «Балерина».

Практика:

- основные позиции рук (I, II, III);
- основные позиции ног (I, II, III);
- постановка корпуса;
- Demi-plies по I, II;
- Battements tendus: в вперед, сторону, из I и III позиций;
- понятия: an fase, epaulement;
- Ports de bras –I;
- Маленькие прыжки по бп.
- Большие прыжки по бп. (хвостик, разножка)

#### **Тема 5. «Народный танец»**

Теория: Понятие народный танец, презентация «Как танцуют дети на всей планете».

Практика:

- постановка корпуса.
- простой поясной поклон на месте.
- основные положения и движения рук:  
ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись), руки скрещены на груди, одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку.
- положения рук в парах: держась за одну руку, за две, под руку, «воротца».
- положения рук в круге: держась за руки, «корзиночка».
- движения рук подчеркнутые раскрытия и закрытия рук.

Раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в 3 позицию, взмахи с платочком, хлопки в ладоши.

- русские ходы и элементы русского танца: простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах.
- «припадание»: по 1 прямой позиции.
- «ковырялочка»: простая, в пол.
- основы дробных выстукиваний:  
простой притоп;  
в чередовании с приседанием и без него;  
двойными и тройными хлопками в ладоши.
- «мячик» по 1 прямой и 1 позициям.
- подскоки на двух ногах.
- поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед.
- подготовка к вращениям на середине зала: полуповороты по четвертям круга.

#### **Тема 6. Постановочно-сценическая деятельность**

Теория: Прослушивание музыки к танцу; разбор образа, характера и настроения танца; выразительность исполнения.

Практика:

- составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов.
- освоение танцевальных образов.
- отработка лексики номера.
- разучивание рисунка номера.
- работа над общей композицией номера.
- репетиция на сцене.
- выступление на концертах и конкурсах

#### **7. Основы актерского мастерства**

Теория: Понятие: Театр. Артист. Что такое мимика и зачем она нужна?

Практика

- мимическая гимнастика:
- логоритмические упражнения.
- образные игры.
- игровые комплексы различных типов для развития внимания, памяти:
- упражнения для напряжения и расслабления мышц ног, рук, туловища, головы, лица:
- игры для развития фантазии и воображения коллективные игры

#### **8. Итоговое занятие**

Практика: Отчетный концерт

### **1.4.2. Второй год обучения – базовый уровень**

**Цель:** развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей учащихся через овладение основ хореографического творчества

**Задачи второго года обучения:**

- Обучать терминологии и освоению основных элементов классического экзерсиса
- Обучать ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- Обучать основным движениям народного экзерсиса на середине.
- Обучать перестраиваться и двигаться в рисунках танца.
- Обучать выполнять упражнения с предметами и без них под музыку в простых и сложных музыкальных размерах.
- Обучать различать простые музыкальные ритмы и динамические оттенки в музыке;
- Обучать особенностям народной и классической музыки;
- Формировать мотивацию к учебной деятельности;

#### **Планируемые результаты 2 год обучения.**

- Знают терминологию основ классического экзерсиса;
- Освоение основных элементов классического экзерсиса;
- Умеют ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- Овладели основными движениями народного экзерсиса на середине.
- Умеют перестраиваться и двигаться в рисунках танца.
- Умеют выполнять упражнения с предметами и без них под музыку в простых и сложных музыкальных размерах.
- Умеют различать простые музыкальные ритмы и динамические оттенки в музыке;
- Знают особенности народной и классической музыки;
- Сформирована мотивация к учебной деятельности;

**Учебный (тематический) план стартовый уровень - 2 год обучения**

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	2	-	Беседа
2.	Партнерская гимнастика	32	4	28	Наблюдение Тестирование
3.	Ритмика	32	4	28	Наблюдение Тестирование
4.	Классический танец	28	6	22	Контрольный урок. Тестирование.
	4.1. Экзерсис у станка:	12	2	10	
	4.2. Экзерсис на середине зала:	8	2	6	
	4.3. ALLEGRO	8	2	6	
5.	Народный танец	52	8	44	Наблюдение. тестирование
5.1.	Экзерсис у станка	30	4	26	
5.2.	Экзерсис на середине зала	22	4	18	
6.	Постановочно сценическая деятельность	34	4	30	Наблюдение
7.	Основы актерского мастерства	34	4	30	Наблюдение
8.	Итоговое занятие	2	-	2	
	Всего	144			

Содержание учебного (тематического) плана 2 год обучения.

**Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности**

Теория: Инструктаж по технике ПБ в танцевальном зале; Беседа о внешнем виде ученика, основные правила этики, безопасности и гигиены на занятиях хореографии. Инструктаж о безопасном поведении в общественных местах; Инструктаж о безопасном поведении в общественном транспорте.

**Тема 2. Партнёрская гимнастика.**

Теория: Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Знакомство с пластичностью тела. комплексом упражнений, направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов, пластичности, растяжки.

Практика: выполнение упражнений

1. Упражнения для стоп:

- Шаги: а) на всей стопе; б) на полупальцах;
  - Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции;
  - Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола (сокращенная I позиция), вытянуть стопы по I позиции;
  - Releve на полу - пальцах в VI позиции у станка.
2. Упражнения на выворотность:
- Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в I.
  - Лягушка": а) сидя, б) лежа на спине, в) лежа на животе;
  - г) сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса.
3. Упражнения на гибкость вперед:
- Складочка" по VI позиции с обхватом рук за стопы;
  - Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются;
  - Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах);
  - Наклон вперед прогнувшись, кисти на плечах, локти отведены в стороны, взгляд перед собой.
4. Развитие гибкости назад:
- Лежа на животе, port de bras назад с опорой на предплечья, ладони вниз- «поза сфинкса»;
  - Лежа на животе, port de bras на вытянутых руках;
  - Колечко" с глубоким port de bras назад, одновременно ноги согнуть в коленях, носками коснуться головы;
  - Стоя на коленях, скручивание корпуса с наклоном вправо назад, правой рукой коснуться левой пятки, и упершись в нее, подать бедра сильно вперед.
5. Силовые упражнения для мышц живота
- Лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз;
  - Уголок" из положения - сидя, колени подтянуть к груди;
  - Стойка на лопатках с поддержкой под спину.
6. Силовые упражнения для мышц спины:
- Самолет". Из положения - лежа на животе, одновременное подъем и опускание ног и туловища;
  - Лодочка". Перекаты на животе вперед и обратно;
  - Отжимание от пола (упражнение для мальчиков за счет упражнения №4);
  - Обезьянка". Стоя по VI позиции, поднять руки вверх, наклониться вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение - упор, лежа на животе. Затем, движение проделать в обратном порядке до исходного положения.
7. Упражнения на развитие шага:
- Лежа на полу, battements releve lent на 90° по I позиции вперед;
  - Лежа на полу, grand battement jete по I позиции вперед;
  - Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок), медленно развести ноги в стороны до шпагата, собрать ноги в I позицию вверх;
  - Шпагаты: прямой, на правую ногу, на левую ногу;

- Сидя на прямом "полушпагате", повернуть туловище вправо, и, с максимальным наклоном к правой ноге, взяться левой рукой за стопу. Правая рука отведена за спину;
  - Сидя на прямом "полушпагате", наклонить туловище боком вправо, и, с максимальным наклоном к правой ноге, взяться левой рукой за стопу. Правая рука на левом бедре.
8. Прыжки:
- Temps saute по VI позиции;
  - Подскоки на месте и с продвижением;
  - На месте перескоки с ноги на ногу "Пингвинчики". Прыжки по I позиции с сокращенными стопами. Прыжки с поджатыми ногами;
  - Растяжка на полу, на станке, на стульчиках.
9. Классический экзерсис на ковриках:
- Позиция ног (первая, вторая);
  - Позиция рук (подготовительная, первая, вторая, третья);
  - Деми плие по первой, второй позициям лежа на спине и лежа на животе;
  - Батман тандю в сторону, вперед и назад лежа на спине, на животе;
  - Понятие направлений движения ан де ор и ан де дан;
  - Пассе партер;
  - Релеве ляж на 30, 90 град;
  - Положение ноги sur le cou de pied;
  - Grand battements.

### Тема 3. Ритмика

Теория: Понятия Характер музыки. Строение музыкального произведения Танцевальные жанры. Музыкальный размер. Динамические оттенки. Ритм

Практика:

- Слушание музыки и определение характера музыки, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный и т.д.);
- Определение метроритма: - 2/4, 3/4, 4/4, - такт, сильные и слабые доли такта; - тактовые и затактовые вступления; - тактирование в указанных размерах (дирижирование);
- Определение строения музыкального произведения: - двухчастная, трёхчастная, куплетная формы; - фраза; - мотив, предложение, период; - начало и окончание музыкальной фразы; - понятие о вступлении, куплете, запеве и припеве; - мелодия и аккомпанемент;
- Определение ритма: - целые, половинные, четверти, восьмые, шестнадцатые; - ритмические рисунки (сочетание указанных длительностей); - несложное двухголосие, каноны с временным интервалом вступления голосов в 1-2 такта; - ритмические диктанты, «ритмическое эхо» (учащиеся повторяют по памяти движением ритмический рисунок прослушанной музыки (фразы, предложения), исполненной концертмейстером на музыкальном инструменте);
- Отработка упражнений под маршевыми и танцевальными музыками, польки, лендлера и галопа; - слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки;
- Выполнение танцевальных шагов и бег в соответствии с музыкальными длительностями и музыкальными размерами; дирижирование во время исполнения шагов: танцевальный шаг в продвижении вперед и назад; шаг на полупальцах в продвижении вперед и назад; шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах; лёгкий бег; бег, сгибая ноги сзади; бег, вынося прямые ноги вперед; подскоки;
- Упражнения на ориентировку в пространстве (повороты вправо-влево, движение по линии и против линии танца, движение по диагонали); согласовывать изменение

направления движения с построением музыкального произведения; - построения и перестроения (рисунки в танце); смена рисунка в танце в соответствии с музыкальным периодом, предложением.

#### **Тема 4. Классический танец**

Теория: Повторение. Что такое кластический танец. Основы выполнения экзерсиса на всей стопе и на полупальце. Выворотность и основы выполнения упражнений.

Практика: Отработка упражнений

1. Экзерсис у станка:

- Позиции ног: I, II, V;
- Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras (I, II, III позиции рук);
- Demi plie по I, II, V позициям;
- Grand plie по I, II позиции 15;
- Battements tendus из I позиции;
- Passe par terre;
- Battement tendu jete из I позиции во всех направлениях;
- Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans;
- Положение ноги sur le cou de pied;
- Battements frappe 11. Battements fondu;
- Понятие retire;
- Grand battements;
- Releve по I, II, V позициям: □ с вытянутых ног, □ с demi plie;
- Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях: □ в сторону, вперед, назад.

2. Экзерсис на середине зала:

- Форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans);
- Demi plie по I, II, V позициям;
- grand plie по I, II позициям;
- Battements tendu из I позиции во всех направлениях;
- с demi plie;
- Battements tendu jete во всех направлениях из I позиции;
- с pique;
- Demi rond de jambe par terre;
- rond de jambe par terre (полный круг);
- Battements releve lent во всех направлениях на 45,90;
- Grand battements jete из I позиции в первоначальной раскладке;
- Releve по I, II, V позициям: - вытянутых ног; - с demi plie;
- Понятиеточки класса. enablement (croisee,) позы;
- Раз balance.

3. ALLEGRO

- Temps leve saute по I, II позициям; - V позиции;
- Petit changement de pied;
- Раз echarpe в первой раскладке;
- Шаг польки.

#### **Тема 5. Народный танец**

Теория: Обучение элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные. Притопы, припадание.

«ковырялочка» Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

Практика: отработка упражнений

1. Экзерсис у станка:

- Пять позиций ног;
- Preparation к началу движения;
- Переводы ног из позиции в позицию;
- Demi plies, grand plies (полуприседания и полные приседания);
- Battements tendus (выведение ноги на носок);
- Battements tendus jetes (маленькие броски);
- Rond de jambe par terre (круг ногой по полу);
- Подготовка к маленькому каблучному;
- Подготовка к «верёвочке», «верёвочка»;
- Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов);
- Grands battements jetes (большие броски);
- Releve (подъем на полупальцы);
- Port de bras;
- Подготовка к «молоточкам»;
- Подготовка к «моталочке»;
- Подготовка к полуприсядкам и присядкам;
- Прыжки с поджатыми ногами;
- Прыжки разножка.

2. Экзерсис на середине зала:

- Русский поклон: а) простой поясной на месте (1 полугодие), б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении);

Отработка основных положений и движения рук: — ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись), — руки скрещены на груди, — одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку, — положения рук в парах: а) держась за одну руку, б) за две, в) под руку, г) «воротца», — положения рук в круге: а) держась за руки, б) «корзиночка», в) «звёздочка», — движения рук: а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук, б) раскрытия рук в сторону (ладонями наверх в 3 позицию), в) взмахи с платочком, г) хлопки в ладоши;

- Русские ходы и элементы русского танца: — простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах, — переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45 , 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход, — переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу, — переменный ход с plie на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног, — тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол, — шаг с мазком каблучком и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-450 , — комбинации из основных шагов;

- «Припадание» и «Упадание» — по 1 прямой позиции, — вокруг себя по 1 прямой позиции (1 полугодие), — 2 полугодие — по 5 позиции, — вокруг себя и в сторону;

- Подготовка к «верёвочке»: — без полупальцев, без проскальзывания — 1 полугодие, — с полупальцами, с проскальзыванием — 2 полугодие, — «косичка» (в медленном темпе). б. Подготовка к «молоточкам»: — по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади, — 2 полугодие — без задержки;

- Подготовка к «моталочке»: — по 1 прямой позиции — 1 полугодие с задержкой ноги сзади, впереди, — 2 полугодие — «моталочка» в «чистом» виде;

- «Гармошечка»: — начальная раскладка с паузами в каждом положении — 1 полугодие, — «лесенка», — «елочка», — исполнение в «чистом» виде — 2 полугодие;



- «Ковырялочки»: — простая, в пол — 1 полугодие, — простая, с броском ноги на 450 и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие, — «ковырялочка» на 900 с активной работой корпуса и ноги — 2 полугодие, — в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами;
- Основы дробных выстукиваний: — простой притоп, — двойной притоп, — в чередовании с приседанием и без него, — в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопущей), — подготовка к двойной дроби — 1 полугодие, — двойная дробь — 2 полугодие, — «трилистник» — 1 полугодие, — «трилистник» с двойным и тройным притопом — 2 полугодие, — переборы каблукками ног, — переборы каблукками ног в чередовании с притопами — 2 полугодие;
- Хлопки и хлопущие для мальчиков: — одинарные, — двойные, — тройные, — фиксирующие, — скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог);
- Подготовка к присядкам и присядки для мальчиков: — подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позиции), — подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции, — «мячик» по 1 прямой и 1 позиции — 2 полугодие, — подскоки на двух ногах, — поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед, — присядки на двух ногах, — присядки с выносом ноги на каблук, — присядки с выносом ноги в сторону на 45 — 2 полугодие;
- Подготовка к вращениям на середине зала - полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve, - полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere, - полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблукки, - припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 450, - подскоки по той же схеме, - «поджатые» прыжки по той же схеме, - подготовка к tours (мужское). Во втором полугодии вводится поворот на 90 во всех вращениях;
- Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса: - приемом шаг-retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на 90, 5, 6, 7, 8 - шаги на месте; - к концу полугодия: 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на 180, 5, 6 - фиксация, 7, 8 - пауза; - 2 полугодие - поворот на 4 шага - retere на 180°; - подскоки - разучиваются по той же схеме.

## **Тема 6. Постановочно сценическая деятельность**

Теория: Сценическая площадка, сценическая одежда и оборудование сцены. Культура поведения на сцене, пространственная ориентация на сцене. Прием психологического настроения на выступление. Прием адекватной оценки-самоанализа своей деятельности. Важность и необходимость репетиций на сцене. Распределение танцующих на сцене. Выход на определенные позиции на сцене. Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций Просмотр видеозаписи. Характеристика манеры исполнения. Знакомство с содержанием танца, прослушивание и анализ музыки

Практика:

- Разучивание выхода и ухода на выступлениях;
- Разучивание лексики номеров. Комбинации движений из танцев. Проработка лексики материала;
- Разучивание движений и комбинаций, закрепление через прием многократных повторений;
- Разучивание рисунка танцев. Знакомство с общим рисунком танца. Знакомство с переходами от рисунка к рисунку. Отработка сложных переходов. Заучивание рисунка;
- Интервалы и ровные круги;
- Работа над общей композицией танца в классе;
- Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков, техники исполнения;
- Отработка синхронности и чистоты исполнения;
- Стилиевые особенности в движении ног, рук, головы;

- Постановка танцевального номера;
- Работа над эмоциональностью и танцевальностью, над достоверностью сценического образа;
- Репетиции с реквизитом и деталями костюмов. Репетиции в костюмах. Репетиции на сцене;
- Выступления на сцене, на концертах, праздниках и конкурсах.

### **Тема 7. Основы актерского мастерства**

Теория: Активизация и развитие творческих способностей.

Прослушивание музыки для создания пластического ритмического, танцевального образа. Импровизации – каждый сам по себе. Развиваем инициативность, активность и творческий поиск. Термин «внимание». Виды внимания. Объекты для внимания. Термин «мышечная свобода» и «органичность». Что такое мимика.

Практика:

- «Актерская пятиминутка»: кричалки, плакалки, удивлялки и т.д. – прием образного показа, прием контрастных эмоциональных состояний. Работа над лицом – открытость взгляда, приветливая улыбка. «Зажигаемся», как «лампочка улыбкой»;
- «Театральная игра»;
- Игровые комплексы различных типов для развития внимания и памяти;
- Игры: «Паровозик имен», «Приветствие», «Мои соседи», «Снежный ком», Упражнения для напряжения и расслабления мышц ног, рук, туловища, головы, лица – «Снеговик», «Снежная королева», «Буратино-Пьеро», «Воздух-желе-камень»;
- Упражнения для переката напряжения из одной части тела в другую – «Спортсмены», «Медуза», «Вишневый кисель»;
- Упражнения для снятия телесных зажимов - пластические подвижные игры «Море», «Лес шумит», «Пушинки», «Кукольный магазин», «Змейка» «Море волнуется раз...», и другие в музыкальном сопровождении;
- Игры для развития фантазии и воображения. Путешествие в «машине времени» по далеким - предальким и стародавним временам, когда люди разговаривали одними звуками;
- Игры: «Перво-звук, перво-взгляд, перво-чувство», «Ритмические рисунки», «История гласными», «Язык инопланетян», «Забытый язык пра-пра-предков», «Клякса», «Точка-точка, запятая»;
- Игры для развития общения;
- Чувство партнера, навыки работы в команде;
- Игры «Зеркало»;
- Игры: "Наши настроения", "Эмоциональная угадка", "Весело-грустно", "Дружные настроения", "Чудо - голова", "Говорящее лицо".

### **Тема 8. Итоговое занятие:**

Практика: концерт

#### **1.4.3. Третий год обучения- базовый уровень**

**Цель:** Продолжить развитие творческих способностей детей в процессе формирования культуры личности посредством народно- сценического танца

#### **Задачи:**

- овладение терминологией проученных движений;
- приобщать обучающихся к достоянию культуры, путем ознакомления с историей возникновения и развития танца.
- укреплять общефизического состояния за счет увеличения качества исполнения упражнениями;

- развитие чувства ритма за счет усложнения и разнообразия ритмического рисунка;
- развитие выворотности ног при помощи специальных упражнений.
- формирование у обучающихся таких ценных качеств, как инициативность, общительность, трудолюбие, коллективизм;
- повышение эффективности воспитательной деятельности и уровня психологопедагогической поддержки социализации детей;
- формирование у обучающихся таких ценных качеств, честность, чувство собственного достоинства, ответственность в поступках, скромность, самокритичность; – воспитание потребности в систематических занятиях

### 3 год обучения

#### Предметные:

- овладение теоретическими знаниями в области классического танца, освоение техники, стиля и манеры исполнения, формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом, развитие таких данных, как гибкость, танцевальный шаг, прыжок, ритмичность, эластичность мышц, музыкальность, сообразительность, координация, танцевальность, развитие физической выносливости.

#### Личностные

- готовность обучающихся целенаправленно использовать знания по классическому танцу в повседневной жизни, способность характеризовать собственные знания по предмету, формировать устойчивый интерес к классическому танцу, во всём его многообразии.

Метапредметные - развитие эстетического и художественного вкуса у детей, развитие образного мышления, развитие дисциплинированности и трудолюбия, формирование волевых качеств, развитие активности, коммуникабельности, познавательного интереса.

#### Учебный (тематический) план 3год обучения

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	1	1	Беседа
2.	Ритмика	20	7	13	Контрольные задания.
3.	Партерный экзерсис 5.1. Экзерсис у станка 5.2. Экзерсис на середине	20	7	13	Практический тест
4.	Классический танец	52	10	42	Практический тест. устное тестирование.
4.1	Экзерсис у станка	20			
4.2	Экзерсис на середине	17			

	зала				
4.3	ALLEGRO	15			
5.	Народно-сценический танец	52	10	42	
5.1	Экзерсис у станка				
5.2	Экзерсис на середине зала				
6.	Сценическая деятельность	34	6	28	
7.	Актерское мастерство	34	10	24	
8.	Итоговое занятие	2	-	2	
	всего	216	51	165	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

### **Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности**

**Теория:** Познакомить детей с целями и задачами программы, закрепить правила техники безопасности на занятиях, рассказать о костюме для занятий и личной гигиене.

**Практика:**

Содержание материала: Занятие проводится в форме беседы. Инструктаж по технике безопасности.

Методическое обеспечение: текст вводного инструктажа и инструктажа на рабочем месте.

### **Тема 2. Ритмика**

**Теория:** Закрепление и более глубокое изучение материала прошлого года обучения.

Знакомство с размерами 3/8, 6/8. Музыкальные жанры: полонез, гавот, чардаш, менуэт, джаз. Основные точки зала.

**Практика:**

- Тактовые и затактовые вступления в танец;
- Различные танцевальные шаги по кругу, диагонали;
- Перестроения: шен, прочее, из одного круга в два и т.д.;
- Ритмические рисунки;
- Прыжки: с поджатыми коленями, «мячик», на одной ноге, перескоки;
- Музыкальные игры;
- Повторение и закрепление пройденного ранее материала.

### **Тема 3. Партерный экзерсис**

**Теория:** Комплекс упражнений, направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов, пластичности, растяжки и силы.

**Практика:**

#### **3.1. Упражнения для стоп:**

- Releve на полупальцах в VI позиции: а) на середине; б) с одновременным подъемом колена (лицом к станку);
- Из положения - сидя на пятках, подняться на пальцы (подъем должен "вывалиться"), перейти на полу - пальцы, опустить пятки на пол. Все сделать в обратном порядке и вернуться в исходное положение;
- Сидя на пятках, спина круглая, перейти в положение - сидя на подъем, руки опираются около стоп;

- Лицом к станку: из 1 позиции поставить правую ногу на "полу - пальцы" (колено находится в выворотном положении), перевести ногу на пальцы и вернуть ногу в исходную позицию.

### 3.2. Упражнения на выворотность:

- «Лягушка» с наклоном вперед;
- Сидя у стены: согнуть ноги в коленях, подтянуть их к груди. Захватить носки стоп руками так, чтобы они сохраняли 1 позицию, и выпрямить ноги вперед;
- Лежа на спине, подъем ног на 90° по 1 позиции с одновременным сокращением и вытягиванием стоп.

### 3.3. Упражнения на гибкость вперед:

- Спиной к станку, держась за опору руками, пружинящие наклоны вперед (по I и II позициям). Следить за прямой спиной;
- Лежа на полу, ноги в I позиции. Сесть, сделать наклон вперед, сесть, вернуться в исходное положение;
- В глубоком plie по II позиции, руки продеть с внутренней стороны голени и взяться за стопы, сохраняя положение рук, выпрямить колени с одновременным наклоном туловища;
- Спиной к станку: "кошечка", т.е. последовательный волнообразный прогиб из положения "стоя" в наклон вперед. Прогиб начинается с верхних звеньев позвоночника. Движение делается и в обратном порядке.

### 3.4. Развитие гибкости назад:

- "Кошечка" - из положения "сидя на пятках" перейти, не отрывая грудь от пола, в положение "прогнувшись в упоре". Сильно прогнуться и вернуться в исходное положение;
- "Корзиночка". В положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик");
- "Мост", стоя на коленях: в положении лежа на животе, взяться руками за стопы. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх (следить, чтобы руки находились в таком же положении, как при упражнении "мостик");
- Из положения "стоя" опуститься на "мостик" и вернуться в исходное положение.

### 3.5. Силовые упражнения для мышц живота:

- Уголок" из положения лежа;
- Стойка на лопатках без поддержки под спину;
- Лежа на спине battements releve lent двух ног на 90°. Опустить ноги за голову до пола, развести в стороны и через rond собрать в 1 позицию.

### 3.6. Силовые упражнения для мышц спины:

- Упражнение в парах: лежа на животе, подъем и опускание туловища. Партнер придерживает за колени;
- Лежа на животе, поднятие и опускание туловища (руки вперед или в сторону, ноги в выворотном положении);
- Лежа на животе, поднятие и опускание ног и нижней части туловища (ноги в выворотном положении, голова на руках);
- Стоя в 1 позиции, поднять руки вверх, сделать глубокий наклон вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение "упор лежа". При этом стараться удерживать пятки в 1 позиции на полу. Сгибаясь в тазобедренных суставах, подтянуть ноги в 1 позиции, как можно ближе к рукам. Подняться в исходное положение.

### 3.7. Упражнения на развитие шага:

- Лежа на полу, battements releve lent на 90° по 1 позиции во всех направлениях;

- Лежа на полу, grand battement jete по 1 позиции во всех направлениях;
- Сидя в положении "лягушка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу вперед;
- Сидя в положении "лягушка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу в сторону, правая рука на полу;
- Сидя на полу с ногами по 1 позиции, развести ноги до прямого шпагата, лечь вперед и, разворачивая ноги в тазобедренных суставах, перевести их в "лягушку" на животе. Прodelать все в обратном порядке;
- Лежа на боку, battement developpe правой ногой, с сокращенной стопой. Захватить ее: а) правой рукой; б) левой рукой.;
- Равновесие с захватом правой руки голеностопного сустава правой ноги: а) вперед; б) в сторону; в) назад.

### 3.8. Прыжки:

- Прыжки с продвижением в полушпагате с поочередной сменой ног;
- Прыжок в "лягушку" со сменой ног;
- "Козлик";
- Выполняется pas assemble, подбивной прыжок.

## **Тема 4. Классический танец**

**Теория:** Экзерсис выполняется на все стопе, в дальнейшем упражнения начинаются на всей стопе, заканчиваются на полупальце. Большое внимание уделяется выворотности и высоким полупальцам. Необходимо следить чтобы корпус, руки и голова постоянно участвовали в упражнении.

### **Практика:**

#### 4.1. Экзерсис у станка:

- Постановка корпуса по IV позиции;
- Battements tendus: - double battements tendus; - в позах (croisee, efface, ecarte);
- Battements tendus jete: - balancoire; - в позах (croisee, efface, ecarte);
- Rond de jambe par terre на demi plie;
- Battements fondu с plie releve во всех направлениях;
- Battements soutenu в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе;
- Battements sdouble frappe в сторону, носком в пол на всей стопе;
- Pas coupe: - на полупальцах;
- Pas tombe с фиксацией ноги в положении sur le cou de pied на месте;
- Battements releve lent на 90 в позах;
- Battements developpe во всех направлениях - лицом к станку; - боком к станку;
- Grand battements jete в больших позах (croisee, efface, ecarte);
- III форма port de bras как заключение комбинаций.

#### 4.2. Экзерсис на середине зала:

- Battements tendus во всех направлениях в малых позах, - в сочетании с pour le pied и demi plie;
- Battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с pique;
- Battements fondu во всех направлениях носком в пол;
- Battements frappe во всех направлениях носком в пол;
- Battetments releve lent на 90 во всех направлениях в сочетаниях с passe;
- Battetments developpe в сторону;
- Grand battements jete во всех направлениях;
- II форма port de bras.

#### 4.3. ALLEGRO:

- Pas echappe;
- Pas assemble в сторону: - у станка и на середине;
- Sissorme simple en face: - у станка и на середине;
- Grand changement de pied.

### **Тема 5. Народный танец**

**Теория:** Обучение элементам русского танца и характерным чертам исполнения. Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные. Притопы, припадание. «ковырялочка» Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

#### **Практика:**

##### **5.1. Экзерсис у станка:**

- Demi-plies u grand-plies (полуприседания и полные приседания);
- Battements tendus (скольжение стопой по полу);
- Battements tendus jetes (маленькие броски);
- Pas tortille (развороты стоп);
- Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу);
- Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя);
- Маленькое каблучное. Большое каблучное;
- «Веревочка»;
- Подготовка к battements fondus;
- Developpe;
- Дробные выстукивания;
- Grand battements jetes (большие броски);
- Движения, изучаемые лицом к станку;
- Releve-plies (по 1 прямой, 1,2,5 позициям);
- Releve-plie (с оттяжкой от станка на каблук назад по 1 прямой позиции);
- «Волна»;
- Подготовка к «штопору»;
- Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plie, с полурастяжками и растяжками;
- Подготовка к «сбивке»;
- Для мальчиков: а) подготовка к присядкам, б) присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону, в) мячик боком к станку, г) с выведением ноги вперед;
- Опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге;
- Растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании;
- С выходом во вторую позицию широкую на каблуки;
- «Моталочка» по первой прямой и по 5 позициям, первое полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперед;
- «Молоточки» по первой прямой и 5 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе первое полугодие;
- Прыжки: а) поджатые в сочетании с temps leve saute, б) «итальянский» shangements de pieds.

##### **5.2. Экзерсис на середине**

- Русский поклон: а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад мягким одинарным притопом в конце); б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро);
- Основные положения и движения русского танца: а) переводы рук из одного основного положения в другое: — из подготовительного положения в первое

основное, — из первого основного положения в третье, — из первого основного во второе, — из третьего положения в четвертое (женское), — из третьего положения в первое, — из подготовительного положения в четвертое. б) движение рук с платочком: — взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции), — то же самое из положения — скрещенные руки на груди, — работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции, — всевозможные взмахи и качания платочком, — прищелкивания пальцами. Все переводы рук из одного основного положения в другое могут выполняться обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой;

- Положения рук в парах: — под «крендель», — накрест, — для поворота в положении «окошечко», — правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть;
- Положение рук в рисунках танца: — в тройках, — в «цепочках», — в линиях и в колоннах, — «воротца», — в диагоналях и в кругах, — «карусель», — «корзиночка», — «прочесы»;
- Ходы русского танца: — простой переменный ход на полупальцах, — тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена, — шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом), — шаг-удар с небольшим приседанием одновременно, — шаг-мазок каблук через 1 прямую позицию, — то же самое с подъемом на полупальцах, — ход с каблучка с мазком каблук, — ход с каблучка простой, — ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании, — «бегущий» тройной ход на полупальцах, — простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад, — тройной акцентированный бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад, — бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции; — такой же бег с различными ритмическими акцентами, — комбинации с использованием изученных ходов. Припадания: — припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали, — с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги. «Веровочка»: а) подготовка к «веровочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах), б) «косыночка», в) простая «веровочка» — первое полугодие, г) двойная «веровочка» — второе полугодие, д) двойная «веровочка» с выносом ноги на каблук — второе полугодие;
- «Молоточки» простые. Второе полугодие - по 5 позиции;
- «Моталочка» в сочетании с движениями рук;
- Все виды «гармошечек»: — «лесенка», — «елочка» в сочетании с plies полупальцами с приставными шагами и припаданиями;
- «Ковырялочка»: — с отскоком и броском ноги на 300, — с броском на 600, — с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук, — то же самое с переступаниями на опорной ноге;
- Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции: — простые (до щиколотки), — простые (до уровня колена), — с ударом по 1 прямой позиции, — двойные (до уровня колена с ударом), — с продвижением в сторону;
- Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук: — простые, — с двойным перебором;
- Дробные движения: — двойные притопы, — тройные притопы, — аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону, — притопы в продвижении, — притопы вокруг себя, — ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов, — простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении), — простые переборы каблучками, — переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке, —



переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса), — «трилистник» с притопом, — двойная дробь с притопом, — двойная дробь с притопом и поворотом корпуса на 450 , — тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями), — «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный, — «ключ» простой;

- Полуприсядки: — простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову, — с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук, — с выносом ноги на 450, — с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену, — с выходом на каблуки в широкую вторую позицию, — с выходом на каблуки и разворотом корпуса в сторону, — с выходом на каблуки, ноги раскрыты вперед-назад, — аналогично с поворотом корпуса.

## **Тема 6. Сценическая деятельность**

**Теория:** Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций

Выход на определенные позиции на сцене. Сценическая площадка, сценическая одежда и оборудование сцены. Культура поведения на сцене, пространственная ориентация на сцене. Прием психологического настроя на выступление. Прием адекватной оценки-самоанализа своей деятельности. Важность и необходимость репетиций на сцене. Распределение танцующих на сцене. Просмотр видеозаписи. Характеристика манеры исполнения. Знакомство с содержанием танца, прослушивание и анализ музыки.

**Практика:**

- Закрепление навыков сценической практики;
- Выхода и ухода на выступлениях;
- Проработка лексики материала. Лексики номеров. Комбинации движений из танцев;
- Разучивание движений и комбинаций, закрепление через прием многократных повторений;
- Разучивание рисунка танцев. Знакомство с общим рисунком танца. Знакомство с переходами от рисунка к рисунку. Отработка сложных переходов. Заучивание рисунка;
- Интервалы и ровные круги;
- Работа над общей композицией танца в классе;
- Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков, техники исполнения;
- Отработка синхронности и чистоты исполнения, стилевые особенности в движении ног, рук, головы;
- Постановка танцевального номера;
- Работа над общей композицией танца в классе;
- Работа над эмоциональностью и танцевальностью, над достоверностью сценического образа;
- Репетиции с реквизитом и деталями костюмов. Репетиции в костюмах. Репетиции на сцене.

## **Тема 7. Актерское мастерство**

**Теория:** Активизация и развитие творческих способностей.

Прослушивание музыки для создания пластического ритмического, танцевального образа. Импровизации – каждый сам по себе. Развиваем инициативность, активность и творческий поиск.

**Практика:**

- «Актерская пятиминутка»: кричалки, плакалки, удивлялки и т.д. – прием образного показа, прием контрастных эмоциональных состояний. Работа над лицом – открытость взгляда, приветливая улыбка. «Зажигаемся», как «лампочка улыбкой»;
- «Театральная игра»;
- Игровые комплексы различных типов для развития внимания и памяти;
- Игры: «Эй, узнай по голосу...», «Что поменялось?», «Руки – ноги», «Есть или нет?», «Дружные зверята», «След в след», «Весёлые обезьянки», «Внимательные звери», «Капитаны», «Да и нет не говорить «Паравозик имен», «Приветствие», «Мои соседи», «Снежный ком», «Путаница», «Лягушка-путешественница», «Эстафета», «Что ты слышишь?», «Телеграмма»;
- Игровые комплексы для снятия излишнего мышечного напряжения;
- Упражнения для напряжения и расслабления мышц ног, рук, туловища, головы, лица – «Буратино-Пьеро», «Воздух-желе-камень». «Снеговик», «Снежная королева»;
- Упражнения для переката напряжения из одной части тела в другую – «Спортсмены», «Медуза», «Вишневый кисель»;
- Упражнения для снятия телесных зажимов - пластические подвижные игры «Море», Включение в игровые упражнения дыхательных упражнений и текста. Например, в игре «Лес шумит» - от звуков, шелестящих на ветру листвой деревьев (звук «шшшшш...») до звуков пения птиц («ку-ку, фьюить-фить...»), зверей («рррр, фрррр и т.п.) до поговорок «В сильный ветер в лесу тихо, а в поле лихо», «Что в лесу родится, дома пригодится», «Тишь да камыш, лесная глушь, слышь...». «Лес шумит», «Пушинки», «Кукольный магазин», «Змейка» «Море волнуется раз...», и другие в музыкальном сопровождении;
- Игры для развития фантазии и воображения. Путешествие в «машине времени» по далеким - предальким и стародавним временам, когда люди разговаривали одними звуками;
- Игры: Этюды на развитие творческого воображения. Игра «Кругосветное путешествие»;
- «Перво-звук, перво-взгляд, перво-чувство», «Ритмические рисунки», «История гласными», «Язык инопланетян», «Забывтый язык пра-пра-предков», «Клякса», «Точка-точка, запятая». Игры для развития общения;
- Игры «Зеркало», «Встреча с инопланетянином», «Перемирие», "Юный скульптор";
- Игры для развития мимики;
- Игры: "Наши настроения", "Эмоциональная угадка", "Весело-грустно", "Дружные настроения", "Чудо - голова", "Говорящее лицо".

### **Тема 8. Итоговое занятие**

**Теория:** анкетирование

**Практика:**

- Проверка умений и навыков, приобретенных за год на открытом занятии;
- Праздничное закрытие учебного года.

### **3.4 Четвертый год обучения (10-13лет)**

**Цель:** Развитие двигательного качества, исполнительской культуры через исполнительское мастерство

**Задачи:**

- знакомство с историей развития народного танца;
- овладение терминологией проученных движений.
- содействие правильному физическому развитию организма: выработке правильной и красивой осанки, укреплению всех групп мышц;

- развитие внутренней собранности, концентрации, внимания;
- формирование способности к волевым действиям.

**Воспитательные:**

- поэтапное овладение народным танцем, воспитывающим адекватное восприятие красоты движений;
- повышение эффективности воспитательной деятельности и уровня психологопедагогической поддержки социализации детей;
- приобщение обучающихся к достоянию культуры, путем ознакомления с историей возникновения и развития танца;
- воспитание потребности в систематических занятиях; поддержание устойчивого интереса к народной культуре.

**Учебный (тематический) план 4год обучения**

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	1	1	Беседа
4.	Классический танец	60	15	45	Практический тест. устное тестирование.
5.	Народно-сценический танец	60	15	45	Практический тест. устное тестирование.
6.	Сценическая деятельность	68	10	58	Практический тест
7.	Актерское мастерство	24	5	19	Практический тест
8.	Итоговое занятие	2	-	2	
	всего	216	45	71	

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА**

**4 год обучения**

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности

Теория: Познакомить детей с целями и задачами программы, закрепить правила техники безопасности на занятиях, рассказать о костюме для занятий и личной гигиене.

Практика:

Содержание материала: Занятие проводится в форме беседы. Инструктаж по технике безопасности.

Методическое обеспечение: текст вводного инструктажа и инструктажа на рабочем месте

Тема 2. Классический танец

Теория: Экзерсис выполняется на всей стопе и на полупальцах, обращая внимания на устойчивость, координацию и техническое исполнение упражнений в ускоренном темпе, корпус, руки и голова постоянно участвовали в упражнении.

Практика:

1. Demi plie no IV позиции;  
- grand plie no IV позиции.
2. Demi rond de jambe на 450 en dehors, en dedans,  
- на demi plie.
3. Battements fondu с plie - releve с выходом на полупальцы.
4. Battements double frappe с окончанием в demi plie.
5. Battements developpe с окончанием в demi plie.
6. III форма port de bras с вытянутой ногой назад (растяжка без перехода на работающую ногу).
7. Поворот soutenu на 3600.
8. Preparation к pirouette sur le cou de pied из V позиции.
9. Grand battements jete с pointe. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА
1. Понятие arabesque. (I, II, III, IV):  
- изучение I, II, III arabesque.
2. Battement tendu в позах в сочетании с degagee.
3. Battements tendu jete в позах croisee.
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.
5. Battements fondu в сочетании с soutenu u demi plie во всех направлениях на 450.
6. Battements frappe во всех направлениях на 450 в позах.
7. Battement releve lent и battement developpe как основополагающие элементы adagio.
8. Temps lie par terre en dehors et en dedans, - temps lie par terre с перегибом корпуса.
9. Grand battements jete с pointe в позах.

#### ALLEGRO

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

#### Четвертый год обучения

##### Экзерсис у станка

- I. Demi plie, grand plie (полуприседания и приседания).
- II. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
- III. Pas tortilla (развороты стоп).
- IV. Battements tendus jetes (маленькие броски).
- VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- VII. Большое каблучное.
- VIII. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- IX. «Веревочка».
- X. Battemets developpe.
- XI. Дробные выстукивания.
- XII. Grands battements jetes (большие броски).

##### Экзерсис на середине зала

1. «Глубокий поклон»:

- а) ниже пояса;
- б) все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.
2. Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук).
3. Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.
4. Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.
5. Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса.
6. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.
7. Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе.
8. Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.
9. Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.
10. Шаг с «приступкой» (с приставкой).
11. Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.
12. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).
13. Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.
14. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).
15. Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».
16. Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».
17. Разучивание движений рук, положения корпуса, характерных этим областям.
18. «Веревочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.
19. «Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.
20. «Моталочка» на *demi plie* синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах.
21. «Ковырялочка» с отскоками.
22. «Молоточки» в характере уральского танца «Шестера».
23. «Маятник» - «Моталочка» в поперечном движении.
24. Дробные выстукивания:
  - а) «ключ» дробный, сложный;
  - б) «Ключ» дробный, сложный в повороте;
  - в) «Ключ» хлопушечный;
  - г) три дробные дорожки с заключительным ударом;
  - д) поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;
  - е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;
  - ж) «отбивка» с выбросом ноги вперед;
  - з) дробь в продвижении с двойной «отбивкой» правой ногой и кругом с окончанием сзади, аналогично с левой ноги.
25. Дроби в характере народных танцев Поволжья.
26. Хлопушки мужские:
  - а) поочередные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках;
  - б) удары двумя руками по голенищу одной ноги;
  - в) удар по голенищу вытянутой ноги;
  - г) хлопушки на поворотах;
  - д) «ключ» с хлопушкой.
27. Трюковые элементы (мужские):
  - а) «разножка» в воздухе;

- б) «щучка» с согнутыми ногами;
- в) «крокодильчик»;
- г) «коза»;
- д) «бочонок».

#### Вращения на середине 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). 1. Приемом plie-releve (два на месте, третий - plie-подготовка, четвертый - вращение) - 1 полугодие - двойное вращение за 4-м разом.

- 2. Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).
- 3. Приемом plie-каблучки (аналогичная схема изучения).
- 4. Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).
- 5. Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.
- 6. Припадания мелкие, быстрые.
- 7. Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотнo, с приходом во 2 позицию (невыворотнo), без пауз, но в медленном темпе - 1 полугодие.
- 8. То же самое вращение в нормальном темпе - 2 полугодие.
- 9. Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через retere невыворотнo, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы - 2 полугодие.
- 10. «Обертас» по 1 прямой позиции - 1 полугодие.
- 11. «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом - 2 полугодие.
- 12. «Обертас» с rond на 450 - 1 полугодие, на 90 - конец 2 полугодия.
- 13. Разучивается окончание вращения приемом двойного shaine.
- 14. Вращения для мальчиков:
  - а) tours,
  - б) pirouettes.
- 15. Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

#### Вращения по диагонали класса

- 1. Tour-pique в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.
- 2. Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.
- 3. Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) - 1 полугодие, поворот за один бег - 2 полугодие.
- 4. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках - 2 полугодие.
- 5. Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.
- 6. Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
- 7. Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблучок».
- 8. Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.
- 9. Мужские вращения с использованием пройденного материала.

#### Вращения по кругу

- 1. Приемом шаг-retere, вращение за один шаг.
- 2. Подскоки, вращение за один шаг.
- 3. Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.
- 4. Большие «блинчики», аналогично.

5. Бег по 1 прямой позиции.
6. Бег с выбрасыванием ноги вперед.
7. «Шаг-каблук», вращение за один шаг.
8. Tour-riche в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.
9. Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку». Мужские трюковые вращения.

Изучаемые танцы:

Русские танцы. Танцы местной традиции Танцы народов Поволжья Итальянские танцы Испанские танцы Мексиканские танцы

По окончании четвертого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;
- передавать национальный характер русского танца, танцев народов Поволжья, итальянского, испанского, мексиканского танцев;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращение, дробь - для девочек; различные виды присядок, «хлопушек» - для мальчиков;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

Тема 3 Сценическая деятельность

Теория: Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций

Выход на определенные позиции на сцене. Сценическая площадка, сценическая одежда и оборудование сцены. Культура поведения на сцене, пространственная ориентация на сцене. Прием психологического настроения на выступление. Прием адекватной оценки-самоанализа своей деятельности. Важность и необходимость репетиций на сцене. Распределение танцующих на сцене. Просмотр видеозаписи. Характеристика манеры исполнения. Знакомство с содержанием танца, прослушивание и анализ музыки.

Практика:

• Постановка танцевального номера;

Выхода и ухода на выступлениях;

• Закрепление навыков сценической практики

• Работа над общей композицией танца в классе;

• Разучивание рисунка танцев, переходы от рисунка к рисунку. Отработка сложных переходов.

• Интервалы и ровные круги

• Проработка лексики материала. Лексики номеров. Комбинации движений из танцев;

• Разучивание движений и комбинаций, закрепление через прием многократных повторений;

• Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков, техники исполнения;

• Отработка синхронности и чистоты исполнения, стиливые особенности в движении ног, рук, головы;

• Постановка танцевального номера;

• Работа над эмоциональностью и танцевальностью, над достоверностью сценического образа;

• Репетиции с реквизитом и деталями костюмов. Репетиции в костюмах. Репетиции на сцене.

#### Тема4. Актерское мастерство

Теория: Активизация и развитие творческих способностей.

Импровизации . Развиваем инициативность, активность и творческий поиск.

Практика:

- «Актерская пятиминутка»: Работа над лицом – открытость взгляда, приветливая улыбка. «Зажигаемся», как «лампочка улыбкой»;
- Игровые комплексы различных типов для развития внимания и памяти;
- Игровые комплексы для снятия излишнего мышечного напряжения;
- Упражнения для напряжения и расслабления мышц ног, рук, туловища, головы, лица
- Упражнения для переката напряжения из одной части тела в другую
- Упражнения для снятия телесных зажимов - пластические подвижные игры •

Этюды на развитие творческого воображения.

Забытый язык пра-пра-предков», «Клякса», «Точка-точка, запятая».

- Игры «Зеркало», «Встреча с инопланетянином», «Перемирие», "Юный скульптор";
- Игры для развития мимики;
- Игры: "Наши настроения", "Эмоциональная угадка", "Весело-грустно", "Дружные настроения", "Чудо - голова", "Говорящее лицо".

### **3.4 Пятый год обучения- Продвинутый уровень.**



## РАЗДЕЛ II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график стартовый уровень – 1 год обучения.

№ п/п	Учебные недели	Наименование темы	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля
1	1 неделя	Вводное занятие Инструктаж по Т.Б.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
2		Партерная Гимнастика. Первичная диагностика упражнения	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
3	2 неделя	Ритмика. Танцевальные жанры галоп, марш. Игровые упражнения.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
4		Ритмика. Упражнения для плеч, рук, кистей, головы.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
5	3 неделя	Актерское мастерство. Эмоции в танце Активизация творческих способностей.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
6		Партерная Гимнастика. Упражнения для развития гибкости вперед.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
7	4 неделя	Ритмика. Построение в колонну, линию	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
8		Основы классического танца Постановка корпуса, изучение позиций ног.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
9	5 неделя	Ритмика. Танцевальные связки голова, плечи, руки.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
10		Основы классического танца Точки зала. Шаги с удержанием корпуса.			
11	6 неделя	Ритмика понятие право лево. Прыжки на одной ноге, перескоки с ноги на ногу; подготовка к подскокам, подскоки в продвижении;	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания

12		Ритмика Слушание музыки, танцевально-игровые движения в соответствии с характером музыки (веселая, грустная, спокойная, задорная, торжественная)	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
13	7 неделя	Ритмика. Темп музыки: быстро, медленно. Игровые, танцевально – ритмические упражнения.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
14		Партерная гимнастика упражнения для развития гибкости назад	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
15	8 неделя	Ритмика. Ориентация в пространстве перестроение из круга в линии и обратно.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
16		Ритмика Динамические оттенки музыки (тихо, очень тихо, громко, очень громко). Игровые, танцевальные упражнения.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
17	9 неделя	Ритмика. •Упражнения для развития силы мышц плечевого пояса	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
18		Ритмика. Особенности танцевальных танцевальные жанры .вальс, полька.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
19	10 неделя	Партерная гимнастика. упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
20		Партерная Гимнастика. Работа над выворотностью	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
21	11 неделя	Партерная Гимнастика. Упражнения для развития силы мышц живота	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
22		Основы народного танца. Позиции рук и ног в народном танце.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания

23	12 неделя	Партерная Гимнастика. Упражнения с предметами, в парах, группах;	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
24		Ритмика. Танцевальные движения в разных ритмических рисунках 2/4, 3/4, 4/4	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
25	13 неделя	Основы. народный танец. Разучивание танцевального текста	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
26		Ритмика Перестроение из линий в круг, в колонны, в рассыпную; движение по диагонали;	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
27	14 неделя	Партерная гимнастика. Упражнения для развития силы мышц спины	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
28		Ритмика. Упражнения с музыкально-ритмическими предметами» (ложки, бубен, маракас, трещотки и т.д.).	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
29	15 неделя	Партерная гимнастика. Упражнения на снятие напряжения позвоночника и растяжки.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
30		Актерское мастерство. Мимическая гимнастика.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
31	16 неделя	Основы классического танца. Онозии рук (I, II, III), основные позиции ног (I, II, III);	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
32		Основы Классического танца. Demi-plies по I, II. (елочки)	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
33	17 неделя	Партерная гимнастика. Упражнения для развития шага	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
34		Основы классического танца. Battements tendus: в вперед, в сторону, из I позиций	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
35	18 неделя	Основы классического танца. понятия: an fase, epaulement	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
36		Основы классического танца. Ports de bras –I;	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания

37	19 неделя	Основы народного танца. Простой поясной поклон на месте. основные положения и движения рук в народном танце.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
38		Партерная гимнастика. Комплекс упражнений с предметами	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
39	20 неделя	Основы народного танца. Положения рук в парах: держась за одну руку, за две, под руку, «воротца». положения рук в круге:	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
40		Постановочно сценическая деятельность. Разучивание танцевального текста и композиции номеров	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
41	21 неделя	Основы народного танца. Русские ходы и элементы русского танца: простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
42		Основы народного танца. Разучивание танцевального текста	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
43	22 неделя	Постановочно сценическая деятельность. Разучивание танцевального текста	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
44		Основы народного танца. Основы дробных выстукиваний: простой притоп;	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
45	23 неделя	Основы народного танца. «Мячик» по 1 прямой и 1 позиции	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
46		Ритмика. Слушание музыки, танцевально-игровые движения в соответствии с характером.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
47	24 неделя	Партерная гимнастика. Сводный комплекс упражнений	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
48		Основы народного танца. Подготовка к вращениям на середине зала: полуповороты по четвертям круга	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
49	25 неделя	Сценическая деятельность. Разучивание танцевального	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные

		текста и композиции номеров			задания
50		Сценическое деятельность Разучивание танцевального текста и композиции номеров.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
51	26 неделя	Партерная гимнастика Сводный комплекс упражнений	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
52		Основы народного танца.«Припадание»: по 1 прямой позиции.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
53	27неделя	Сценическое мастерство.Разучивание танцевального текста и композиции номеров.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
54		Ритмика. Упражнения с предметами (ленты, цветы, мячи, игрушки	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
55	28неделя	Актерское мастерство. Образные игры, упражнения для напряжения и расслабления.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
56		Партерная гимнастика. Сводный комплекс упражнений	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
57	29неделя	Ритмика. Игровые комплексы различных типов для развития внимания, памяти	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
58		Постановочно сценическая деятельность. Отработка рисунков композиции	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
59	30неделя	Актерское мастерство. Игры упражнения. .Активизация творческих способностей.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
60		Постановочно сценическая деятелтность.Отработка рисунков композиции	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
61	31неделя	Постановочно сценическая деятельность.Отработка техники движения.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
62		Постановочно сценическая деядельность .Отработка лексики танца	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
63	32неделя	Постановочно сценическая деятельность Работа над мелкими движениями.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
64		Партерная	Групповая.	2	Наблюдение.

		гимнастика.Сводный комплекс упражнений			Контрольные задания
65	33 неделя	Актерское мастерство Эмоции в танце. Упражнения .	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
66		Постановочно сценическая деятельность. Репетиции номеров.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
67	34неделя	Постановочно сценическая деятельность. Отработка лексического материала.композиций.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
68		Постановочно сценическая деятельность. Работа над мелкими движениями.	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
69	35неделя	Постановочно сценическая деятельность. Репетиции на сцене	Групповая.	2	Наблюдение. Контрольные задания
70		Постановочно сценическая деятельность. Репетиции на сцене	Групповая	2	Наблюдение.
71	36 неделя	Постановочно сценическая деятельность. Репетиции на сцене	Групповая	2	Контрольные задания
72		Отчетный концерт	Групповая	2	Наблюдение.

### Календарный учебный график – 2 год обучения.

№ п/п	Учебные недели	Наименование темы	Форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1.	1 неделя	Вводное занятие. Техника безопасности	Беседа.	2	Наблюдение. Первичное оценивание.
2.		Классический танец. Экзерсис у станка и середина повторение пройденного материала.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
3.	2 неделя	Партнерная гимнастика. Комплекс упражнений для стоп и на развитие гибкости.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
4.		Классический танец. Экзерсис у станка и середина повторение пройденного. Материала.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
5.	3 неделя	Ритмика. Метроритм и такт: 2/4, 3/4, 4/4.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.

6.		Партнерная гимнастика. комплекс сила и гибкость.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
7.	4 неделя	Классический танец. Экзерсис у станка: battements tendus, double battements tendus, в позах (croisee, efface, ecarte).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
8.		Партнерная гимнастика. Комплекс упражнений (стопа, выворотность, гибкость).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
9.	6 неделя	Классический танец. Экзерсис у станка battements tendus jete, balancoire	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
10.	5 неделя	Ритмика. Метроритм и такт. Движения с хлопками в соответствии с метрономом.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
11.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Русский поклон: простой поясной с продвижением Положения рук в парах.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
12.		Сценическая деятельность. прогон номеров репертуара.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
13.	7 неделя	Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Ходы русского танца.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
14.		Партнерная гимнастика.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
15.	8 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине: battements tendus во всех направлениях в малых позах, в сочетании с pour le pied и demi plie.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
16.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Припадания.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
17.	9 неделя	Ритмика. Музыкальные жанры.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
18.		Партнерная гимнастика. Силовой комплекс.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
19.	10 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине battements tendus jete направлениях в малых позах в	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.

		сочетании с pique, grand battements jete в больших позах (croisee, efface, ecarte).			
20.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Упражнение «веревочка».	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
21.	11 неделя	Сценическая деятельность. Разучивание движений и комбинаций, закрепление через прием многократных повторений.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
22.		Партерная гимнастика. Комплекс упражнений (стопа, выворотность, гибкость).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
23.	12 неделя	Классический танец. Allegro: pas echange.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
24.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Народный танец «Ковырялочка».	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
25.	13 неделя	Классический танец. Экзерсис у станка: Rond de jambe par terre на demi plié.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
26.		Партерная гимнастика. Комплекс упражнений (стопа, выворотность, гибкость).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
27.	14неделя	Классический танец. Allegro: temps leve saute no I, II, V, IV позиции. Petit changement de pied.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
28.		Ритмика. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
29.	15 неделя	Сценическая деятельность. Проработка лексики материала. Лексики номеров. Комбинации движений из танцев.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
30.		Партерная гимнастика. Силовые упражнения для мышц живота.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
31.	16 неделя	Классический танец Экзерсис на середине: demi plie no I, II, V позициям, grand plie no I, II, V позиции, battements tendus во всех направлениях в малых позах, - в сочетании с pour le pied и demi plie.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
32.		Народно-сценический танец.	Комбинированное.	2	Наблюдение.



		Упражнения на середине. Перескок. Дробные движения, двойные притопы простейшая дробь.	ванное.		Контрольные задания
33.	17 неделя	Ритмика. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
34.		Партерная гимнастика. Силовые упражнения для мышц спины.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
35.	18 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине: battements tendus во всех направлениях в малых позах, - в сочетании с pour le pied и demi plie.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
36.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Demi-plies и grand-plies (полуприседания и полные приседания). Battements tendus (скольжение стопой по полу).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Промежуточное оценивание.
37.	19 неделя	Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Battements tendus jetes (маленькие броски). Pas tortille (развороты стоп).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
38.		Сценическая деятельность. Разучивание рисунка танцев. Знакомство с общим рисунком танца. Знакомство с переходами от рисунка к рисунку. Отработка сложных переходов. Заучивание рисунка.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
39.	20 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине: battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с rique.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
40.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу), flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
41.	21 неделя	Партерный экзерсис. Комплекс стопа, выворотность, гибкость, шаг, сила.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
42.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
43.	22 неделя	Сценическая деятельность.	Комбинированное.	2	Наблюдение.

		разводка номера.	ванное.		Контрольные задания
44.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
45.	23 неделя	Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу). Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
46.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
47.	24 неделя	Классический танец. Allegro: III форма port de bras как заключение комбинаций Battements developpe во всех направлениях - лицом к станку.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
48.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
49.	25 неделя	Сценическая деятельность.отработка лексического материала в постановке.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
50.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Подготовка к веревочке у станка.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
51.	26 неделя	Классический танец Pas echarpe charpe. Pas assemble в сторону у станка и на середине.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
52.		Классический танец. Sissorme simple en face: у станка и на середине. Grand changement de pied.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
53.	27 неделя	Сценическая деятельность.отработка рисунков постановки.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
54.		Сценическая деятельность. Отработка мелких движений.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
55.	28 неделя	Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.. Port de bras.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
56.		Классический танец Экзерсис на середине: batternents fondu во всех направлениях носком в пол; Battements frappe во всех	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания

		направлениях носком в пол.			
57.	29 неделя	Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Прыжки. поджатый, итальянский.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
58.		Сценическая деятельность. Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков, техники исполнения;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
59.	30 неделя	Классический танец Экзерсис на середине;; Battements frappe во всех направлениях носком в по.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
60.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.и середина в комбинациях.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
61.	31 неделя	Сценическая деятельность. Оработка синхронности и чистоты исполнения, стилевые особенности в движении ног, рук, головы	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
62.		Сценическая деятельность. Эмоции и образ постановки.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
63.	32 неделя	Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
64.		Классический танец. Allegro	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
65.	33 неделя	Сценическая деятельность. Работа над общей композицией танца в классе;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
66.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
67.	34 неделя	Сценическая деятельность. Работа над общей композицией танца в классе;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
68.		Сценическая деятельность. Подготовка к отчетному концерту	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
69.	34 неделя	Сценическая деятельность. Сводная репетиция концерта	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания

70.		Сценическая деятельность. Сводная репетиция концерта	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
71.	36 неделя	Сценическая деятельность. Сводная репетиция концерта.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
72.		Итоговое занятие. Отчетное концертное выступление.	Отчетный концерт.	2	Итоговое оценивание.

### Календарный учебный график – 3 год обучения.

№ п/п	Учебные недели	Наименование темы	Форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1.	1 неделя	Вводное занятие. Техника безопасности	Беседа.	2	Наблюдение. Первичное оценивание.
2.		Классический танец. Экзерсис на полу . повторение.	Комбинированное.	2	
3.		Классический танец. Экзерсис у станка: постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
4.	2 неделя	Партнерная гимнастика. Комплекс упражнений для стоп и на развитие гибкости.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
5.		«Актерская пятиминутка»: кричалки, плакалки, удивлялки	Комбинированное.	2	
6.		Классический танец. Allegro: demi plie no I, II, V позициям. Grand plie no I, II, V позиции.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
7.	3 неделя	Ритмика. Метроритм и такт: 2/4, 3/4, 4/4.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
8.		«Актерское мастерство прием образного показа, прием контрастных эмоциональных состояний. лицо".	Комбинированное.	2	
9.		Партнерная гимнастика. Упражнения на выворотность.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
10.	4 неделя	Классический танец. Экзерсис у станка: battements tendus, double battements tendus, в позах (croisee, efface, ecarte).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.

11.		Партнерная гимнастика. Комплекс упражнений (стопа, выворотность, гибкость).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
12.		«Актерское мастерство Работа над лицом – открытость взгляда, приветливая улыбка. «Зажигаемся»,	Комбинированное.	2	
13.		Классический танец. Экзерсис на полу	комбинированное	2	
14.	5 неделя	Классический танец. Экзерсис у станка battements tendus jete, balancoire	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
15.		Ритмика. Метроритм и такт. Движения с хлопками в соответствии с метрономом.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
16.	6 неделя	Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Русский поклон: простой поясной с продвижением Положения рук в парах.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
17.		Сценическая деятельность. Разводка номера. Повторение репертуара.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
18.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Ходы русского танца.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
19.	7 неделя	Классический танец. Экзерсис у станка комбинации.	Комбинированное.	2	
20.		Партнерная гимнастика. Комплекс силовой	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
21.		Классический танец. Экзерсис на середине: battements tendus во всех направлениях в малых позах, в сочетании с pour le pied и demi plie.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
22.	8 неделя	«Актерское мастерство «Театральная игра»; Игровые комплексы различных типов для развития внимания и памяти	Комбинированное.	2	
23.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Припадания.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
24.	9 неделя	Ритмика. Музыкальные жанры.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
25.		«Актерское мастерство «Театральная игра»;	Комбинированное.	2	

		Игровые комплексы для снятия излишнего мышечного напряжения;			
26.		Партерная гимнастика	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
27.	10 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине battements tendus jete направлениях в малых позах в сочетании с rique, grand battements jete в больших позах (croisee, efface, ecarte).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
28.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Упражнение «веревочка».	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
29.	11 неделя	«Актерское мастерство «Театральная игра»; Упражнения для напряжения и расслабления мышц ног, рук, туловища, головы, лица «Снежная королева»;	Комбинированное.	2	
30.		Сценическая деятельность. Разучивание движений и комбинаций, закрепление через прием многократных повторений.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
31.		Партерная гимнастика. Комплекс упражнений (стопа, выворотность, гибкость).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
32.	12 неделя	Классический танец. Allegro: pas echappe.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
33.		«Актерское мастерство «Театральная игра»; Упражнения для переката напряжения из одной части тела в другую	Комбинированное.	2	
34.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Народный танец «Ковырялочка».	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
35.		Классический танец. Экзерсис у станка: Rond de jambe par terre на demi plié.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
36.	13 неделя	«Актерское мастерство «Театральная игра»; Упражнения для переката напряжения из одной части тела в другую Упражнения для снятия	Комбинированное.	2	

		телесных зажимов - пластические подвижные игры			
37.		Партерная гимнастика. Комплекс упражнений (стопа, выворотность, гибкость).	Комбиниру ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
38.	14неделя	Классический танец. Allegro: temps leve saute no I, II, V, IV позиции. Petit changement de pied.	Комбиниру ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
39.		Народный –сценический танец. Отработка лексики.	Комбиниру ванное.	2	
40.		Актерское мастерство «Театральная игра»; Игровые комплексы различных типов .	Комбиниру ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
41.	15 неделя	Сценическая деятельность. Проработка лексики материала. Лексики номеров. Комбинации движений из танцев.	Комбиниру ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
42.		«Актерское мастерство «Театральная игра»; Упражнения для переката напряжения из одной части тела в другую	Комбиниру ванное.	2	
43.		Партерная гимнастика. Силовые упражнения для мышц живота.	Комбиниру ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
44.	16 неделя	Классический танец Экзерсис на середине: demi plie no I, II, V позициям, grand plie no I, II, V позиции, battements tendus во всех направлениях в малых позах, - в сочетании с pour le pied и demi plie.	Комбиниру ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
45.		«Актерское мастерство «Театральная игра»; Игры для развития фантазии и воображения.	Комбиниру ванное.	2	
46.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Перескок. Дробные движения, двойные притопы простейшая дробь.	Комбиниру ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
47.	17 неделя	Ритмика. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Комбиниру ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
48.		«Актерское мастерство «Театральная игра»; Игровые комплексы для	Комбиниру ванное.		

		снятия излишнего Упражнения для снятия телесных зажимов - пластические подвижные игры			
49.		Партерная гимнастика. Силовые упражнения для мышц спины.	Комбиниро ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
50.	18 неделя	Народно-сценический танец. Экзерсис у станка и середина в комбинациях.	Комбиниро ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
51.		«Актерское мастерство «Театральная игра»; Игры для развития общения	Комбиниро ванное.	2	
52.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Demi-plies и grand-plies (полуприседания и полные приседания). Battements tendus (скольжение стопой по полу).	Комбиниро ванное.	2	Наблюдение. Промежуточн ое оценивание.
53.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Battements tendus jetes (маленькие броски). Pas tortille (развороты стоп).	Комбиниро ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
54.	19 неделя	«Актерское мастерство «Театральная игра»; - пластические подвижные игры		2	
55.		Сценическая деятельность. Разучивание рисунка танцев. Знакомство с общим рисунком танца. Знакомство с переходами от рисунка к рисунку. Отработка сложных переходов. Заучивание рисунка.	Комбиниро ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
56.		Актерское мастерство Игры для развития фантазии и воображения.	Комбиниро ванное.	2	
57.	20 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине: battements tendus jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с pique.	Комбиниро ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
58.		Актерское мастерство Эмоциональные этюды	Комбиниро ванное.		
59.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу), flic-flac	Комбиниро ванное.	2	Наблюдение. Контрольные задания



		(мазок ногой к себе, от себя).			
60.	21 неделя	Партерный экзерсис. Комплекс стопа, выворотность, гибкость, шаг, сила.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
61.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	
62.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
63.	22 неделя	Сценическая деятельность. постановка номера.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
64.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	
65.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Комбинации в парах	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
66.	23 неделя	Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу). Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
67.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях.	Комбинированное.	2	
68.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
69.	24 неделя	Классический танец. Allegro: III форма port de bras как заключение комбинаций Battements developpe во всех направлениях - лицом к станку.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
70.		Актерское мастерство. Комплекс игр и упражнений эмоции, воображение, память.	Комбинированное.	2	
71.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
72.	25 неделя	Сценическая деятельность. Разводка номеров.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
73.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	
74.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания

		Подготовка к веревочке у станка.			задания
75.	26 неделя	Классический танец Pas echarpe charpe. Pas assemble в сторону у станка и на середине.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
76.		Актерское мастерство .работа над эмоциями в постановках	Комбинированное.	2	
77.		Классический танец. Sissorme simple en face: у станка и на середине. Grand changement de pied.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
78.	27 неделя	Сценическая деятельность. Разводка номеров.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
79.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.		
80.		Сценическая деятельность.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
81.		Актерское мастерство. Упражнение на снятия зажимов .Эмоции в постановках.	Комбинированное.	2	
82.	28 неделя	Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.. Port de bras.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
83.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	
84.		Классический танец Экзерсис на середине: batternents fondu во всех направлениях носком в пол; Battements frappe во всех направлениях носком в пол.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
85.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях прыжки	Комбинированное.	2	
86.	29 неделя	Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Прыжки. поджатый, итальянский.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
87.		Сценическая деятельность. Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков, техники исполнения;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания

88.	30 неделя	Классический танец Экзерсис на середине: batternents fondu во всех направлениях носком в пол; Battements frappe во всех направлениях носком в пол.	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
89.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях.Этюды	Комбини- рованное.	2	
90.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
91.	31 неделя	Сценическая деятельность. Отработка синхронности и чистоты исполнения, стилевые особенности в движении ног, рук, головы	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
92.		Актерская деятельность постановки работа с номерами . образы.	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
93.		Сценическая деятельность репетиции концертных номеров.	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
94.	32 неделя	Народно-сценический танец. Экзерсис у станка.и середина.	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
95.		Подготовка к открытому занятию. Отработка лексики	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
96.		Классический танец. Allegro	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
97.	33 неделя	Сценическая деятельность. Работа над общей композицией танца в классе;	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
98.		Подготовка к открытому занятию. Отработка лексики	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
99.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине.комбинации	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
100.	34 неделя	Сценическая деятельность. Работа над общей композицией танца в классе;	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
101.		Сценическая деятельность. Подготовка к концеру	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
102.		Сценическая деятельность. Подготовка к концеру	Комбини- рованное.	2	Наблюдение. Контрольные

					задания
103.	34 неделя	Сценическая деятельность. Подготовка к концерту	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
104.		Сценическая деятельность. Подготовка к концерту	Групповое	2	Наблюдение. Контрольные задания
105.		Сценическая деятельность. Подготовка к концерту	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
106.	36 неделя	Итоговое занятие	Групповое	2	Наблюдение. Контрольные задания
107.		Сценическая деятельность. Подготовка к концерту	Групповое	2	Наблюдение. Контрольные задания
108.		Отчетное концертное выступление.	Отчетный концерт.	2	Итоговое оценивание.

#### Календарный учебный график – 4 год обучения.

№ п/п	Учебные недели	Наименование темы	Форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля
109.	1 неделя	Вводное занятие. Техника безопасности	Беседа.	2	Наблюдение. Первичное оценивание.
110.		Классический танец. Demi plie и grand plie с рукой en dehors, en dedans. Battement tendu pour batterrie (как подготовка к заноскам).	Комбинированное.	2	
111.		Классический танец. Flic-flac. Rond de jambe en l air en dehors, en dedans в первоначальной раскладке;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
112.	2 неделя	Сценическая деятельность. Постановочный материал.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
113.		«Актерская пятиминутка»: кричалки, плакалки, удивлялки	Комбинированное.	2	
114.		Классический танец. Battement soutenu на 450 во всех направлениях. Battement frappe с окончанием в demi plie носком в пол и поворотом в малые позы.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
115.	3 неделя	Сценическая деятельность	Комбинированное	2	Наблюдение.

		Постановочный материал.	ванное.		Контрольные задания.
116.		«Актерское мастерство прием образного показа, прием контрастных эмоциональных состояний. Лицо».	Комбинированное.	2	
117.		Классический танец Battement frappe с окончанием в demi plie носком в пол и поворотом в малые позы.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
118.	4 неделя	Классический танец. Экзерсис у станка: 1. Demi rond на 900 en dehors et en dedans. Battement developpe в сочетании с plie releve. Petit battement с акцентом sur le cou de pied сзади и условное спереди.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
119.		Сценическая деятельность. Постановочный материал.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
120.	5 неделя	«Актерское мастерство Работа над лицом – открытость взгляда, приветливая улыбка.	Комбинированное.	2	
121.		Классический танец Grand Battement jete с passe par terre через I позицию и с фиксацией ноги носком в пол. Pas de bourree simple en tournant.	Комбинированное.	2	
122.		Классический танец. Экзерсис на Battement fondu с plie-releve на всей ступне с фиксацией ноги на 450 – с demi rond на 450 en dehors, en dedans.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
123.	6 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине. 2. Preparation к pirouette с IV позиции. Tours.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
124.		Народно-сценический танец. Demi plie, grand plie (полуприседания и приседания). Battements tendus (скольжение ногой по полу). Pas tortilla (развороты стоп). Battements tendus jetes в комбинации	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
125.		Сценическая деятельность.	Комбинированное.	2	Наблюдение.

		Разводка номера. Повторение репертуара.	ванное.		Контрольные задания.
126.	7 неделя	Народно-сценический танец. Упражнения на середине. «Глубокий поклон»: все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
127.		Классический танец. Экзерсис у станка комбинации.	Комбинированное.	2	
128.		Народный танец. Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
129.	8 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине: в комбинации.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
130.		«Актерское мастерство «Театральная игра»;	Комбинированное.	2	
131.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук). Хороводный ход в различных направлениях с работой рук, проскальзывающим притопом, с продвижением вперед; с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
132.		Народно-сценический танец. Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический». Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
133.		«Актерское мастерство снятия излишнего мышечного напряжения;	Комбинированное.	2	
134.	9 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине . Pas echange battu. Double assemble. Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
135.		10 неделя	Классический танец. Экзерсис на середине Sisson fermee вперед в I	Комбинированное.	2

		arabesque. Заноски entrechat, catre royle (у станка).			
136.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук; с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопах, в продвижении вперед, отходом назад.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания.
137.		«Актерское мастерство» Упражнения для напряжения и расслабления мышц ног, рук, туловища, головы, лица	Комбинированное.	2	
138.	11 неделя	Сценическая деятельность. Разучивание движений и комбинаций, закрепление через прием многократных повторений.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
139.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка в комбинациях.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
140.		Классический танец. Allegro: в комбинациях	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
141.			Комбинированное.	2	
142.	12 неделя	Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Шаг с «приступкой» (с приставкой). Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
143.		Классический танец. Battement developpe в сочетании с plie releve на середине.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
144.	13 неделя	«Актерское мастерство» Упражнения для снятия телесных зажимов – пластические подвижные игры	Комбинированное.	2	
145.		Народно-сценический танец Трюковые элементы (мужские): «разножка» в воздухе; (женский) «Обертас» по 1 прямой позиции	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
146.	14 неделя	Классический танец. Allegro:	Комбинированное	2	Наблюдение.

		Комбинации прыжков.	ванное.		Контрольные задания
147.		Народный –сценический танец. Эжзерсис у станка. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу). В комбинации.	Комбинированное.	2	
148.		Народный –сценический танец «Обертас». Обертас»по 1 прямой позиции с ударом, с rond на 450 Мужские хлопушки.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
149.		Сценическая деятельность. Проработка лексики материала. Лексики номеров. Комбинации движений из танцев.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
150.	15 неделя	Народный –сценический танец. Мужские хлопушки на поворотах; «ключ» с хлопушкой. Женское вращение plie-каблучки.	Комбинированное.	2	
151.		Народно- сценический танец. Веребочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами. «Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
152.	16 неделя	Классический танец. Эжзерсис у станка и на середине В комбинациях.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
153.		«Актерское мастерство Игры для развития фантазии и воображения.	Комбинированное.	2	
154.		Народно-сценический танец Battemets developpe. Grands battements jetes (большие броски	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
155.	17 неделя	Народно-сценический танец «Моталочка» на demi plie синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах. «Ковырялочка» с отскоками	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
156.		Классический танец. Лексический материал «вальс цветов»	Комбинированное.		
157.		Сценическая деятельность. Постановочный материал.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
158.	18 неделя	Классический танец.	Комбинированное.	2	Наблюдение.



		Лексический материал «вальс цветов. Связки	ванное.		Контрольные задания
159.		Актерское мастерство. Упражнения на эмоции.	Комбинированное.	2	
160.		Народно-сценический танец. Постановочный материал. Отработка .	Комбинированное.	2	Наблюдение. Промежуточное оценивание.
161.	19 неделя	Народно-сценический танец. Отработка пройденного материала.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
162.		Актерское мастерство. Упражнения, импровизация		2	
163.		Сценическая деятельность. Разучивание рисунка танцев. Отработка сложных переходов. Заучивание рисунка.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
164.		Актерское мастерство Игры для развития фантазии и воображения.	Комбинированное.	2	
165.	20 неделя	Классический танец. Отработка вращений	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
166.		Актерское мастерство Эмоциональные этюды	Комбинированное.		
167.		Народно-сценический танец. Отработка постановочного , лексического материала.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
168.	21 неделя	Сценическая деятельность . постановки работа , с материалом , лексика, связки.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
169.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	
170.		Народно-сценический танец. Дробные выстукивания: «ключ» дробный, сложный; «Ключ» дробный, сложный в повороте; «Ключ» хлопучечный;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
171.	22 неделя	Сценическая деятельность. Отработка рисунков.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
172.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	
173.		Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Комбинации в парах	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания

174.	23 неделя	Народно-сценический танец. Три дробные дорожки с заключительным ударом; поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу; «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
175.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях.	Комбинированное.	2	
176.		Народно-сценический танец Трюковые элементы (мужские): подготовительные упражнения для трюков: «разножка» в воздухе; «щучка» с согнутыми ногами; Девочки отработка вращений.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
177.	24 неделя	Классический танец. Работа над руками, кисти.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
178.		Актерское мастерство.	Комбинированное.	2	
179.		Народно-сценический танец. Припадания мелкие, быстрые. Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотом, с приходом во 2 позицию (невыворотом), без пауз, но в медленном темпе	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
180.	25 неделя	Сценическая деятельность. Разводка номеров.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
181.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	
182.		Народно-сценический танец. Экзерсис у станка. Комбинации	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
183.	26 неделя	Классический танец Pas echarpe charpe. Pas assemble в сторону у станка и на середине.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
184.		Актерское мастерство. работа над эмоциями в постановках	Комбинированное.	2	
185.		Классический танец. Sissorme simple en face: у станка и на середине. Grand changement de pied.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
186.	27 неделя	Сценическая деятельность. Разводка номеров.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания

					задания
187.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.		
188.		Сценическая деятельность. Отработка лексики, синхрон.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
189.		Актерское мастерство. Упражнение на снятия зажимов. Эмоции в постановках.	Комбинированное.	2	
190.	28 неделя	Народно-сценический танец. Разучивается окончание вращения приемом двойного shame. Вращения для мальчиков: tours, pirouettes. Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
191.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях	Комбинированное.	2	
192.		Классический танец Экзерсис на середине: batternents fondu во всех направлениях носком в пол; Batternents frappe во всех направлениях носком в пол.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
193.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях прыжки	Комбинированное.	2	
194.	29 неделя	Народно-сценический танец. Упражнения на середине. Прыжки. Поджатый, итальянский.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
195.		Сценическая деятельность. Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков, техники исполнения;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
196.	30 неделя	Классический танец Экзерсис на середине: batternents fondu во всех направлениях носком в пол; Batternents frappe во всех направлениях носком в пол.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
197.		Классический танец. Комплекс Экзерсис у станка и середина в комбинациях. Этюды	Комбинированное.	2	

198.		Народно-сценический танец. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках; с чередовании с маленькими «блинчиками»,. В сочетании с shaine	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
199.	31 неделя	Сценическая деятельность. Отработка синхронности и чистоты исполнения, стилевые особенности в движении ног, рук, головы	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
200.		Актерская деятельность постановки работа с номерами образы.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
201.		Сценическая деятельность репетиции концертных номеров.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
202.	32 неделя	Народно-сценический танец. 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.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
203.		Подготовка к открытому занятию. Отработка лексики	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
204.		Классический танец. Allegro	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
205.	33 неделя	Сценическая деятельность. Работа над общей композицией танца в классе;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
206.		Подготовка к открытому занятию. Отработка лексики	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
207.		Народно-сценический танец. Отработка пройденного материала.	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
208.	34 неделя	Сценическая деятельность. Работа над общей композицией танца в классе;	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
209.		Сценическая деятельность. Подготовка к концеру	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
210.		Сценическая деятельность.	Комбинированное.	2	Наблюдение.

		Подготовка к концерту	ванное.		Контрольные задания
211.	34 неделя	Сценическая деятельность. Подготовка к концерту	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
212.		Сценическая деятельность. Подготовка к концерту	Групповое	2	Наблюдение. Контрольные задания
213.		Сценическая деятельность. Подготовка к концерту	Комбинированное.	2	Наблюдение. Контрольные задания
214.	36 неделя	Итоговое занятие	Групповое	2	Наблюдение. Контрольные задания
215.		Сценическая деятельность. Подготовка к концерту	Групповое	2	Наблюдение. Контрольные задания
216.		Отчетное концертное выступление.	Отчетный концерт.	2	Итоговое оценивание.

## 2.1 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 1. Материально-техническое обеспечение

№/№	Оборудование	Единица измерения	Количество на одного обучающегося	Количество на группу	% использования в ходе реализации программы
1	Танцевальный зал	Ед.		1	100%
2	Шведская стенка	шт.		1	30%
3	Маты	шт.		2	30%
4	Коврики	шт.	1		50%
5	Музыкальный центр	шт.		1	100%
6	Скакалки	шт.	1		30%
7	Мячи	шт.	1		30%
8	Блоки гимнастические	шт.	1		30%

### 2. Информационное обеспечение

- USB накопители с мультимедиа информацией;
- Программы:  
для обработки музыки и видео: Audacity, VivaVideo
- Интернет источники:  
<http://www.blletmusic.ru> (балетная и музыкальная музыка),  
<http://www.taranenkomusic.narod.ru> (сайт С.Тароненко с музыкой по хореографии);  
<http://www.revka.ru> (Музыка для хореографов и балетмейстеров.

<http://www.facebook.com/artresourcedshi/videos/580157259255631> применение дистанционного обучения в ДШИ. Региональный ресурсный центр в сфере культуры и художественного образования Свердловской области.  
<http://lesgaft.spb.ru/3208>  
<http://www.theorua.ru>  
<http://www.scoolpress>.  
<http://www.horeograf.com/сайт> «Все для хореографов»  
[http://www.gorod.crimea/librari/ist\\_cost](http://www.gorod.crimea/librari/ist_cost)(Костюмы различных эпох и народов.(коллекция выкроек).

### 3. Кадровое обеспечение

Требования к квалификации: Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы и курсы повышения квалификации по направлению деятельности.

### 4. Методические материалы

Программа обучения построена на общих педагогических принципах, каждый из которых реализуется в соответствии с задачами и содержанием хореографических дисциплин, и подчиняется их специфике:

- Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений;

- Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному;

- Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

- Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу;

- Принцип гуманности в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

- Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

#### Методы обучения

Традиционные методы - вербальные, наглядного восприятия, игровые и практические, так и инновационные технологии: проектная и личностно-ориентированного обучения.

-**Методы наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести:

- показ упражнений;
- демонстрацию рисунков, видео материал;
- прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков; Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

- **Метод использования слова** (вербальный) — универсальный метод обучения. с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку,
- рассказ,
- беседа,
- обсуждение.

- **Практические методы** основаны на активной деятельности самих учащихся:

- метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.
- ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.
- игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Создание ситуации успеха поддерживается применением **технологии проектной деятельности и личностно-ориентированного обучения**, позволяющими максимально реализовать личностный и творческий потенциал каждому обучающемуся.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

#### **Педагогические технологии.**

Здоровье сберегающие технологии: Использование данных технологий позволяют равномерно во время занятия распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, нормативно применять ТСО, что дает положительные результаты в обучении.

Личностно-ориентированные. За основу индивидуализации обучения я взяла — организацию образовательного процесса, при котором выбор способов, приемов, темпа обучения обуславливается индивидуальными особенностями обучающихся. Я провожу чёткое разделение обучающихся по уровню физической подготовленности, физического развития и состояния здоровья. Так же принимаю во внимание тип телосложения, темперамент, волевые качества, интересы.

Проектные методы обучения: Работа по данной методике дает возможность развивать индивидуальные творческие способности обучающихся, более осознанно подходить к профессиональному и социальному самоопределению.



## **ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Программа предусматривает **педагогические оценивания**:

- Первичное педагогическое оценивание в начале учебного года (выявляет начальный уровень физической подготовленности обучающихся);
- Промежуточное педагогическое оценивание в середине учебного года (выявляет уровень освоения программы за полугодие);
- Контрольное педагогическое оценивание в конце учебного года (выявляет уровень освоения программы курса).

Первичное педагогическое оценивание проводится с целью определения уровня знаний, умений и навыков в начале учебного года по итогам тестов.

Основными формами контроля является текущий и итоговый контроль.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии методом наблюдения, игр, опроса и устного контроля.

Формами итогового контроля являются зачетные занятия и участие в мероприятиях различного уровня, где оценивается работа педагога и детей, осуществленная в течение учебного года. Педагог подводит итог учебно-воспитательной работы за год, проводя анализ творческих достижений обучающихся.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагогов.

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Первые три года обучения. –Л. – М., 1983;
2. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. - М. Лань, 2011.-624с.  
Боголюбская М. С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах (Учебно-методическое пособие) – М., 1982;
3. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии: методические указания в помощь педагогам детских коллективов, балетных школ и студий.: [учебное пособие ]/ Т. Барышникова – .: Рольф, 2001.
4. Безуглая,Г.А. Музыкальный анализ в работе педагога –хореографа: Учебное пособие.
5. М.:Лань, Планета музыки,2015.-791с.
6. Борисова, Вера Гимнастика. Основы хореографии. / Вера Борисова- М.:Бибком, 2011,- 101с.
7. Ваганова, А.Я. Основы классического танца- М. : Лань,2007,-192с.
8. Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб. - метод. пособие /Т.К.Васильева.–С-П: 2016– 180с.; 21 см.
9. Вашкевич,Н.Н. История хореографии всех веков и народов/ Н.Н.Вашкевич.-М.:Лань, Планета музыки,2009.-192с.
10. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца: Упр.у станка: Учеб.пособие д/вузов искусств и культуры. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2002;
11. Гутковская,С.В. Основы сочинения хореографической композиции: Учебное– методическое пособие.: Минск[б.и.],2011.-135с
12. Ивлева Л. Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом: Учеб.пособие/ЧГАКИ. –Челябинск, 2003
13. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки Хореографа./Д.Зайфферт,- Москва:РГГУ,2015.-128с.
14. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка.- Орел, Труд, 1999
15. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. - Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - Орел, 2004
16. Иванченко,В.Н. Занятия в системе дополнительного образования детей:Учебно- методическое пособие для специалистов по дополнительному образованию детей .- Ростов.н/Д,издательство «Учитель»,2007,-273
17. Лифиц,И.В. Ритмика: Учебное пособие–М.:Изд. центр «Академия»,1999.-224с
18. Классический танец. Программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств. - М. –Л., 1982.
19. Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб. - метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691-00798-X.
20. Климов А.А. Основы русского народного танца :М.:Издательство Моск.гос.ун-та культуры,2004.- 318с
21. Кившенко Ю. А. Мастерство хореографа: учеб.пособие/Ю. А. Кившенко, А. П. Шишкин; федер.агентство по культуре и кинематографии; ФГОУВПО «СГАКИ». – Самара: СГАКИ, 2007;
22. Панферов В. И. Основы композиции танца: экспериментальный учебник для студентов вузов, колледжей и училищ культуры и искусств/ЧГАКИ. – Челябинск, 2001;
23. Портнов,Г.Г Ну-ка, дети , встаньте в круг!..Танцы народов мира. Пособия для педагогов ритмики и хореографии /Г.Портнов.-М.:Композитор-Санкт-Петербург,2008.- 196с

24. Пуртова, Т.В., учите детей танцевать [Текст]: учеб. - метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с. 24 см. – 3000 экз.
25. Савин, В.З. Композиция и постановка танца (на материале народного творчества): методическое пособие/. -Москва:[б.и. ],1990.-37с
26. Саркисян,В.В. Сценический танец: Минск[б.и.],2008.-257с
27. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка - Пресс, 2006 г.
28. Костровицкая,В.С. 100 уроков классического танца .:Искусство,Ленингр.отд-ние, 1981.- 260с
29. Фоменко И. М. Основы народно-сценического танца. Учеб.пособие. – Орел.: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2002;
30. Фролова Г. И. Организация и методика клубной работы с детьми и подростками. – М.: Просвещение, 1986;
- 31.

#### Дополнительная литература

1. Бурнаев А. Мордовский танец. Саранск, 2002
2. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995
3. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. - Самара: СГУ,1992
4. Гербек, Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990:
5. Корлева З. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
6. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. - Кишинев,1967
7. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962
8. Мальми В. Народные танцы Карелии. - Петрозаводск, 1977
9. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
10. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
11. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974 1
12. Хворост И. Белорусские народные танцы.- Минск, 1976 1
13. Чурко Ю. Белорусский народный танец.- Минск, 1970

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 371348185686954332516910937330321524310793855776

Владелец Хисамова Татьяна Геннадьевна

Действителен с 05.10.2023 по 04.10.2024