

Отрадненское управление министерства образования Самарской области

структурное подразделение  
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней  
общеобразовательной школы №2 «Образовательный центр»  
с. Кинель-Черкассы муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области  
дом детского творчества

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 5 от «27» 06 2025 г.

Утверждаю  
Руководитель СПДДТБОУ СОН №2  
«ОЦ» с. Кинель-Черкассы  
В.А. Аристархов



## **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по хореографии «Ладушки»**

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 5-18 лет.

Срок реализации: 7 лет.

Разработчик:  
Колесникова Наталья Владимировна,  
педагог дополнительного образования

с. Кинель-Черкассы, 2025 г.

## **Оглавление**

• <a href="#"><u>Краткая аннотация</u></a>	3
• <a href="#"><u>Пояснительная записка</u></a>	3
• <a href="#"><u>Учебный план</u></a>	10
• <a href="#"><u>Содержание программы 1 года обучения</u></a>	11
• <a href="#"><u>Содержание программы 2 года обучения</u></a>	21
• <a href="#"><u>Содержание программы 3 года обучения</u></a>	27
• <a href="#"><u>Содержание программы 4 года обучения</u></a>	33
• <a href="#"><u>Содержание программы 5 года обучения</u></a>	38
• <a href="#"><u>Содержание программы 6 года обучения</u></a>	44
• <a href="#"><u>Содержание программы 7 года обучения</u></a>	50
• <a href="#"><u>Воспитательная деятельность</u></a>	55
• <a href="#"><u>Обеспечение программы</u></a>	58
• <a href="#"><u>Список литературы</u></a>	60
• <a href="#"><u>Приложение 1 Ссылки на диагностический инструментарий</u></a>	61
• <a href="#"><u>Приложение 2 Календарный учебный график</u></a>	62

## **Краткая аннотация**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Ладушки» (далее – Программа) включает в себя 5 тематических модуля.

Данная программа способствует созданию необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и обеспечения духовно-нравственного, воспитания учащихся, формирование культуры здорового образа жизни.

Программа направлена на формирование и развитие творческих способностей учащихся, удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии; развитие и поддержку учащихся, проявивших интерес и определенные способности к художественному творчеству.

## **Пояснительная записка.**

«Мы должны считать потерянным каждый день,  
в который мы не танцевали хотя бы раз»  
*Фридрих Вильгельм Ницше*

*Хореография* — искусство танца, это синтез эстетического и физического развития человека. Познать, ценить искусство — одна из величайших радостей человека, обогащающая его духовный мир. Стремление к прекрасному, не всегда даже осознанное, живет в каждом человеке. А вот умению видеть, слышать и вникать в смысл и красоту произведения искусства следует учиться. Как и другие виды искусства, хореография отражает социальные проблемы взаимоотношения людей, формирует целостное восприятие окружающего мира, наиболее ярко выражает непосредственность, искренность эмоционального порыва. Специфика её в том, что чувства, переживания человека, она передаёт в пластической образно-художественной форме. Занятия хореографическим искусством создают благоприятные условия для психического, физического и эстетического развития, развития творческих способностей детей, от профориентации и до профессиональной подготовки подростков.

Синcretичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта.

Программа имеет художественную направленность. На занятиях обучающиеся готовятся к овладению сложной техникой в период дальнейшего обучения искусству танца.

### **Актуальность.**

В соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года одним из приоритетов обновления содержания и технологий дополнительного образования детей является содействие эстетическому, нравственному, патриотическому, этнокультурному воспитанию детей путем приобщения к искусству, народному творчеству, а также сохранению культурного наследия народов Российской Федерации; создание условий для вовлечения детей в художественную деятельность по разным видам искусства и жанрам художественного творчества при сохранении традиций классического искусства; обеспечение обновления содержания программ художественной направленности с применением цифровых технологий, современных средств коммуникации, оборудования, художественных материалов.

Программа ориентирована на приоритетные направления **социально-экономического и территориального развития Самарской области** такие как: развитие культурных индустрий; создание положительного имиджа Самарской области как региона с высоким уровнем культуры; развитие и поддержка сектора креативных индустрий

(обеспечение свободы творчества в самых разнообразных областях, содействие в создании новых креативных пространств, поддержка креативных проектов).

**Новизной** программы является использование нетрадиционного метода развития детского художественного творчества, такого как нейробика. Нейробика - система упражнений, разработанных специально для стимуляции работы мозга и его активизации, которая помогает улучшить память, внимание, креативность и способности к решению проблем.

Программа разработана по принципу модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории. Во время реализации данной программы у учащихся развивается умение адекватно оценивать свои силы, умение обратиться к взрослым при затруднении в учебном процессе, овладение навыками коммуникации.

Данная **программа** по хореографии **отличается** тем, что разработана с учётом современных тенденций в образовании, включает в себя 5 самостоятельных модулей, которые возможно использовать как отдельно, так и сочетать между собой в зависимости от задач, поставленных на данный период (учебный год).

При реализации программы применяется **конвергентный подход**, позволяющий выстраивать обучение, включающее в себя элементы нескольких направлений, в том числе использование в хореографии основ сценического мастерства и музыкальной грамоты.

Обучение по модулю «Основы народно – сценического танца» неразрывно связано с изучением истории: историей возникновения танца, историей костюма, историей возникновения народностей и культовых обрядов, чтоозвучно также с обучением предмета - мировая художественная культура, которая помогает сформировать у подростка систему национальной культуры, нравственные ценности и идеалы.

Обучение народному танцу учитывает и подчеркивает территориальные принципы, связанные с изучением географии, которая формирует и раскрывает географические принадлежности разных народов.

Программа составлена с учётом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441).

В программе заложена основа методики систематической подготовки начинающих танцов, которая отражает **педагогическую целесообразность** её реализации.

При реализации программы применяются технологии:

- личностно-ориентированного обучения, позволяющая максимально адаптировать учебный процесс к возможностям и потребностям обучающихся;

- технология коллективной творческой деятельности, позволяет обучающимся приобрести не только практические, организаторские, коммуникативные навыки, но также выявить и реализовать свои способности, приобрести опыт диалогического взаимодействия и гуманных отношений;

- игровые технологии способствуют повышению эффективности воспитательного воздействия на ребенка, развитию у него познавательных интересов и общей активизации деятельности обучающихся.

Применение данных технологий позволяет адаптировать содержание, методы, формы, темп обучения к индивидуальным особенностям каждого ребенка, следить за его продвижением в обучении, вносить необходимую коррекцию, сделать обучения индивидуализированным, доступным, вариативным.

Во время реализации Программы применяется метод нейробики, который помогает использовать разум и тело вместе, дополняя друг друга, что способствует созданию новых нейронных связей мозга, улучшению координации, а также поддержке мышц и связок тела в активном состоянии.

Обучение строится в соответствии с определенными принципами:

- *Наглядность* – этот принцип обучения помогает увидеть образ движения. Показ должен быть точным, подробным, качественным, быть доступным для правильного восприятия, учитывая возраст детей. Принцип наглядности можно с успехом применять, используя видеоматериал, фотоматериал.

- *Доступность* - очень важное условие правильного обучения. Педагог должен учитывать творческое развитие детей, трудность каждого упражнения и соразмерять подбираемый материал и его последовательность.

- *Последовательность* – важное условие в изучении материала, постепенное наращивание учебного задания, последовательное добавление нового к тому, что уже хорошо усвоено.

- *Закрепление* выученного материала (принцип прочного овладения материалом) помогает обучающемуся свободно, легко и точно выполнять движения.

**Программа разноуровневая.** При реализации программы используется линейный подход (закрепленный в Типовой модели 2018 г.) - когда уровни синонимичны годам или этапам обучения. Этот подход используется и в практике образовательных организаций дополнительного образования Самарской области.

**Стартовый** (ознакомительный) уровень (**1 и 2 года обучения**).

Предполагает знакомство с основными представлениями, не требующими владения специализированными предметными знаниями и концепциями, участие в решении заданий и задач, обладающих минимальным уровнем сложности, необходимым для освоения содержания программы. Вскрывает самое главное, фундаментальное, и в то же время самое простое в каждой теме, предоставляет обязательный минимум, который позволяет создать пусть неполную, но обязательно цельную картину основных представлений. Задания этого уровня просты, носят в основном репродуктивный характер, имеют шаблонные решения.

**Базовый** уровень (**3-5 года обучения**).

Предполагает участие в постановке и решении таких заданий и задач, для которых необходимо использование специализированных предметных знаний, концепций. Расширяет материал начального уровня, доказывает, иллюстрирует и конкретизирует основное знание, показывает применение понятий. Этот уровень несколько увеличивает объем сведений, помогает глубже понять основной материал, делает общую картину более цельной. Требует глубокого знания системы понятий, умения решать проблемные ситуации в рамках программы.

**Продвинутый** (углубленный) уровень (**6-7 года обучения**).

Предполагает участие в постановке и решении таких заданий и задач, для которых необходимо использование сложных, специализированных предметных знаний, концепций. Существенно углубляет материал, дает его логическое обоснование,

открывает перспективы творческого применения. Данный уровень позволяет ребенку проявить себя в дополнительной самостоятельной работе. Требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий.

Каждый обучающийся имеет право на стартовый доступ к любому из представленных уровней, которое реализуется через организацию условий и процедур оценки изначальной оснащенности участника (где определяется та или иная степень готовности к освоению содержания и материала заявленного участником уровня).

Программа содержит **воспитательный компонент**, направленный на организацию воспитательной деятельности на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества и государства, а также формирование у детей и молодежи общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности в соответствии с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).

Воспитательный компонент реализуется в процессе обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе во время участия в воспитательных мероприятиях, в соответствии с календарным планом воспитательной работы учреждения, и в рамках раздела программы «Воспитательная деятельность».

**Цель программы:** развитие и формирование танцевальных навыков в различных хореографических направлениях.

Цели и задачи каждого модуля на каждый год обучения формулируются отдельно.

### **Задачи программы.**

#### **Обучающие:**

- сформировать знания о различных стилях и направлениях танцевального искусства;
- научить чувствовать музыкальный ритм и стиль, согласовывать движения тела с музыкой;
- обучить основам партерной гимнастики;
- обучить основам классического и народного экзерсиса у опоры и на середине зала;
- обучить основам современной хореографии;
- ознакомить с основными техническими принципами и правилами исполнения модерн - джаз танца.
- сформировать навыки координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом.

#### **Развивающие:**

- развить артистизм и эмоциональность, художественный вкус;
- развить координацию движений, гибкость и пластику, физические данные обучающихся;
- способствовать укреплению и развитию общего физического состояния организма;
- развить чувство ритма и такта;
- развить эмоциональную устойчивость к публичным выступлениям;
- развить способности к творческой импровизации в области хореографии;
- развить образное мышление;
- развить профессиональные данные: гибкость, выворотность ног и подъёма стопы, танцевальный шаг, прыжок, ритмичность, эластичность мышц, музыкальность, сообразительность, координацию.

#### **Воспитательные:**

- воспитать настойчивость, выдержку, трудолюбие, целеустремленность, волевую активность;

- сформировать этику поведения на занятиях и вне занятий;
- воспитать культуру поведения и чувство прекрасного;
- воспитать чувства такта, благородства, уважения друг к другу;
- воспитать трудолюбие, дисциплинированность, обязательность, аккуратность - то есть общечеловеческие качества.

### **Возраст обучающихся.**

Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 5 до 18 лет.

Обучение детей 5-7 летнего возраста начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Большое организующее значение принадлежит музыке. Именно на первом этапе обучения первоочередной задачей является приобретение координации, слуховых и двигательных навыков и постепенное их осознание. У детей 7-8 летнего возраста следует подкреплять логическое восприятие образным. Так, тренируя равновесие и осанку, можно включать движения, имеющие изобретательный характер. Дети 9-10 лет значительно более развиты в физическом и духовном отношении. Их способность совершать точные движения значительно выше, чем у детей 6-8 лет; есть возможность развивать координацию путем освоения более сложных действий. На этом этапе приступаем к изучению классического и народного танца, т.к. к 9-10 годам повышается роль вестибулярного аппарата, усиливается работа мышц, суставов и сухожилий, развивается равновесие, ориентировка в пространстве. К этому времени дети получают достаточные навыки в различных движениях для того, чтобы свободно передвигаться, ощущая тело в ходе мышечной работы. У детей этого возраста значительно увеличивается способность к обобщению, вследствие чего можно вводить образы положительных и отрицательных героев, из животного мира, сказочных персонажей и т.д.

Обучающиеся 11-12 лет проявляют максимальную подвижность, интеллектуально они более развиты. Дети в этом возрасте способны к большему обобщению и анализу своих движений и движений товарищей. Психологически они тяготеют к общественным сюжетам.

У подростков 13-14 лет наблюдается ранее физическое развитие. Поэтому к таким детям следует подходить индивидуально, учитывая их стеснительность, щадя самолюбие, поощряя трудоспособность.

Умственное и физическое развитие учащихся в 13-14 лет позволяет нам углубить знания об основных движениях за счет умения сопоставлять разные движения, приемы, находить в них различное и общее, разъясняются законы движений. В этом возрасте следует углубить и понятие о технике, музыкальной и танцевальной выразительности.

У детей расширяется эмоциональная сфера, интересы, ввиду чего и репертуар для учащихся этого возраста может быть весьма разнообразным.

15-18 лет - в физиологическом отношении это период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Юноши и девушки готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встает проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Занятия по хореографии должны строиться с полной нагрузкой

В программе учитываются интересы и специфика возрастных изменений.

В объединение дети принимаются на основании заявления от родителей (законных представителей) с предоставление медицинской справки об отсутствии противопоказаний.

Программа рассчитана для разной категории детей. Занятия по модулю «Ритмика» и «Партерная гимнастика» подходят **детям с ОВЗ**, так как развивают координацию, корректируют слуховое восприятие и сенсорную интеграцию. Дети – инвалиды и дети с ОВЗ, не имеющие противопоказания для занятий хореографией, могут проходить

обучение и по другим модулям. К таким детям не применяется оценивание результативности освоения образовательной программы.

Во время реализации программы для детей с **ОВЗ** могут быть пропущены некоторые темы, отсрочен результат, теория носит сопроводительный характер.

Нейробические упражнения применяются в разминочной части занятий по модулям «Ритмика» и «Партерная гимнастика».

Группы формируются по возрастным категориям. Допускается дополнительный набор в группы при наличии свободных мест. В группы второго и последующих лет обучения могут приниматься учащиеся, не окончившие курс первого года обучения, но успешно прошедшие входной контроль (собеседование и практические испытания).

### **Сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на семь лет обучения и включает в себя 5 модулей, по 108 часов на каждый год обучения:

- 1 модуль «Ритмика»
- 2 модуль «Партерная гимнастика»
- 3 модуль «Основы классического танца»
- 4 модуль «Основы народно - сценического танца»
- 5 модуль «Основы современного танца»

**Формы обучения** очная, с возможностью использования электронных образовательных ресурсов и дистанционных методов обучения.

### **Виды занятий:**

- беседа, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами;

- практическое занятие, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции;  
- концерт;  
- конкурс;  
- репетиция;  
- фестиваль;  
- открытое занятие.

### **Формы организации деятельности:**

1) коллективная (дети занимаются в зале в полном составе группы);  
2) групповая (группа по необходимости делится на подгруппы, что позволяет лучше усвоить сложный танцевальный материал);

3) индивидуальная (при работе с отдельными детьми, если есть необходимость подтянуть отстающих или поработать с теми, кому предстоит исполнение сольного танцевального номера или отдельной партии в танце).

**Режим занятий:** 3 раза в неделю по 1 часу (30 мин. для детей дошкольного возраста, 45 мин. для школьного возраста).

**Наполняемость учебных групп** составляет не более 20 человек.

### **Планируемые результаты.**

Компоненты результата образования	Планируемые результаты	Методы диагностики
Личностные результаты	Обучающийся будет: <ul style="list-style-type: none"><li>• обладать коммуникативной компетентностью в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе</li></ul>	Педагогическое наблюдение

	<p>образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.</li> </ul>	
Метапредметные результаты	<p><u>Познавательные УУД:</u> Обучающийся сможет применять логическое мышление в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.</p> <p><u>Регулятивные УУД:</u> Обучающийся научится</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• соотносить свои действия с планируемыми результатами,</li> <li>• осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата,</li> <li>• определять способы действий в рамках предложенных условий и требований,</li> <li>• корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</li> <li>• уметь оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.</li> </ul> <p><u>Коммуникативные УУД:</u> Обучающийся научится</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;</li> <li>• работать в группе</li> </ul>	Педагогическое наблюдение, собеседование

### **Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы.**

Для того чтобы оценить освоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики:

- педагогическое наблюдение,
- собеседование,
- тестирование,
- выполнение отдельных творческих заданий,

-участие в конкурсах и фестивалях.

Программой предусмотрен контроль знаний, умений и навыков: вводный, текущий, итоговый.

Вводный контроль проводится перед началом занятий при приёме обучающегося в учебную группу посредством собеседования.

Текущий контроль осуществляется в рамках проведения занятий в форме устного опроса, практических заданий, наблюдения в процессе самостоятельной работы обучающихся.

Итоговая оценка результативности освоения каждого модуля проводится путём тестиования и итогового практического занятия.

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням.

Уровень освоения ниже среднего – ребёнок овладел менее чем на 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с теоретическим материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%, удовлетворительно владеет теоретической информацией и выполняет практические задания.

Уровень освоения выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; не испытывает особых трудностей, свободно владеет теоретической информацией, применяет полученную информацию на практике.

#### **Учебный план программы.**

№ п/п	Название модуля	Количество часов						
		1 г. о.	2 г. о.	3 г. о.	4 г. о.	5 г. о.	6 г. о.	7 г. о.
1.	Ритмика	36	30					
2.	Партерная гимнастика	36	39					
3.	Основы классического танца			38	37	36	36	36
4.	Основы народно-сценического танца	36	39	38	37	36	36	36
5.	Основы современного танца			32	34	36	36	36
	<b>Итого</b>	108	108	108	108	108	108	108

### **Учебный план 1 года обучения.**

№ п /п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Ритмика	36	6	30
2.	Партерная гимнастика	36	6	30
3.	Основы народно – сценического танца	36	6	30
<b>Итого</b>		108	18	90

### **Содержание программы. Модуль «Ритмика»**

**Цель:** активизирование музыкального восприятия через движение и осознанного отношения к музыке.

#### **Задачи**

##### *Обучающие:*

- научить чувствовать музыкальный ритм, согласовывать движения тела с музыкой.

##### *Развивающие:*

- развить музыкально-ритмические навыки.

##### *Воспитательные:*

- воспитать общую гармонию и согласованность движений.

##### **Предметные ожидаемые результаты:**

*Обучающиеся должны знать*, что такое музыкальный ритм.

*Обучающиеся должны уметь*:

- выполнять любые привычные задания в присутствии посторонних;
- повторить танцевально - ритмический рисунок, созданный педагогом;
- создавать образы на данную тему.

### **Учебно- тематический план 1 года обучения модуля «Ритмика».**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1.	Воспитание общей гармонии и согласованности движений.	1	5	6
2.	Основы организации правильного дыхания во время движения.	1	4	5
3.	Пластиическая выразительность рук.	1	5	6
4.	Восприятие характера музыки и передача его через движения.	1	5	6
5.	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении.	1	5	6
6.	Метроритм. Его выразительное значение и неразрывная связь с движением.	1	5	6
7.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	6	30	36

## **Содержание.**

### **1. Воспитание общей гармонии и согласованности движений.**

**Теория:** признаки хорошей осанки: правильное положение ног, корпуса, рук, головы. Наиболее распространенные недостатки в осанке и способы их устранения.

Техника правильной бытовой походки. Недостатки походки и их устранение. Характерность в походке и статистических положениях тела.

Регулирование мышечных напряжений, преодоление «зажима» в различных движениях. Умение сознательно прерывать движение, фиксировать его отдельные моменты в позе, облекать мысль в пластически оформленные образы действий, художественно-организованные во времени и пространстве.

Знакомство с понятием шеренга, колонна, интервал, дистанция.

#### **Практика:**

1. Основные построения и перестроения групп: построение в колонну, в шеренгу, цепочкой, в круг и свободное размещение на площади танцевального зала с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг.

2. Виды шага: шаг с носка, шаг на всю ступню, шаг на полу пальцах, шаг с высоким подъемом ног.

#### **3. Виды бега**

- легкий бег;
- широкий бег;
- бег с высоким подъемом ног.

#### **4. Виды подскоков:**

- легкие;
- сильные;
- энергичные.

#### **5. Изучение подготовительных движений.**

- исходные положения ног, постановка корпуса, положение рук и головы;
- положения ног: 1-я и 2-я свободные позиции ног, 1-я прямая позиция ног;
- основные положения корпуса, головы; выразительность лица, глаз;
- положения рук: руки свободно опущены, на талии, за спину.

#### **6. Подготовительные упражнения.**

- «Маятник» - перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно по 1-й свободной и 1-й прямой позициям ног, с одной ноги на другую по 1-й и 2-й свободным позициям ног.

- расслабление и напряжение мышц корпуса: «ронять корпус» и последовательно разгибаться, «катушка», «деревянные и тряпичные куклы».

- поднимание и опускание плеч;
- «Твердые и мягкие» ноги;
- наклоны, выпрямления и повороты головы;
- направления рук в стороны, вперед, вверх, промежуточные положения;
- расслабление мышц плечевого пояса: поднимание рук в стороны и снятие мышечного напряжения в плечах с опусканием рук вниз;
- сжимание и разжимание кисти в кулак;
- постепенное выпрямление и сгибание пальцев и кистей рук: «кошка выпускает когти»;
- «Твердые и мягкие» руки;
- поднимание согнутой в колене ноги быстрым и медленным движением «Флажок»

- овладение движением ног стоя на месте;

- движение рук, стоя на месте и в сочетании с движением ног;

- полуприседания по 1-й свободной позиции: напряженное и пружинное.

#### **7. Упражнения на совершенствование осанки и походки.**

- продвижение бытовым шагом с постановкой ноги на одну прямую вперед и контролем продвижения взглядом;

- продвижение бытовым шагом назад с постановкой ноги на одну прямую;
- движение бытовым шагом вперед и назад, движение бытовым шагом вперед и назад с положением рук за спину;
- бытвой шаг с различными положениями рук: свободно опущены, согнуты перед грудью, руки за спину, бытвой шаг с дополнительным заданием: наблюдение за присутствующими, наблюдение за вымыщенными предметами.

8.Этюд статических положениях тела в предлагаемых обстоятельствах:

- «Животные на прогулке»;
- группы животных - «птицеферма», «деревенский двор», «зоосад»;
- «Толстый и тонкий»;
- «Моряки», «Футболисты», «Строители», «Балерина».

9.Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков посредством различных видов ходьбы и бега

- шаг с высоким подъемом ног и передачей бодрости, торжественности и выразительности движения: «Праздничный марш», «Веселый марш»;
- шаг на всю ступню: «Погуляем», «В березовой роще»;
- шаг с носка с сохранением плавности и равномерности движений;
- шаг на полу пальцах: «Золотое копытце»;
- легкий бег: «Нетерпеливые бегуны»;
- широкий бег: «Прыжок через барьер»;
- бег с высоким подниманием ног: «Цирковые лошади».

10.Коллективно-порядковые упражнения и игры на развитие ориентации в пространстве:

11.Упражнения для ориентировки:

- «Окно» - взгляд за окно на определенный предмет, взгляд на стекло окна;
- построение, перестроение и передвижение в танцевальном зале в различных направлениях: по линиям, в колонну по одному, в шеренгу, по кругу и в круг, по квадратам, по диагоналям;
- музыкальные игры: «Быстро по местам!», «Знай свое место», «Регулировщик», «Вперед за ведущим!», «В походе», «Улицы и проспекты», «Конвейер», «Большая и маленькая клумба», «Выбери партнера».

## **2. Основы организации правильного дыхания во время движения.**

*Теория:* значение для здоровья и всего организма в целом в правильной организации дыхания. Различие между правильным и неправильным дыханием во время движения.

Часть основных положений правильного дыхания.

Три фазы дыхания: легкий носовой вдох, пауза, выдох через сомкнутые губы.

Начальная фаза развития дыхания - выдох.

Освоение трехфазного дыхания в положении сидя, стоя и лежа. Освобождение тела от излишних напряжений в мышечной системе, дающее дыхательному аппарату необходимую настройку для выработки нового «динамичного стереотипа» и возможности свободно решать поставленные художественные задачи. Соединение трехфазного дыхания с движением.

*Практика:*

1.Определение состояния учащегося в покое и в процессе физической нагрузки перед началом занятий по постановке дыхания. Сравнительный показ неправильного и правильного дыхания.

2.Освоение трехфазного дыхания в положении сидя, стоя и лежа. «Подуем на свечу» -выдох пфф, пауза (ожидание), возврат дыхания.

3.Мышечное освобождение и регулировка дыхания:

-сомкнув края губ, сделать короткий выдох с произношением звука пфф, затем непроизвольный короткий носовой вдох;

-сомкнув края губ, сделать умеренный выдох с произнесением звуков пффф, затем умеренный носовой вдох;

-сомкнув края губ, сделать длинный выдох с произнесением звуков пффф, затем глубокий носовой вдох.

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

*Теория:* развитие подвижности всей руки и в отдельности пальцев, кисти, локтя, плеча, а также суставов в различных направлениях и, особенно, в непривычных для человека.

Симметричные и асимметричные сочетания движений правой и левой рук моторного, танцевального и стилизованного характеров. Движения в сочетании с изменениями силы, размера и темпа. Их зависимость от смысловой и эмоциональной значимости жеста.

#### *Практика.*

1. Упражнения на развитие подвижности отдельных пальцев, кисти, локтя, плеча и всей руки:

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

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

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

- «Плавники» -движения рук с постепенным увеличением амплитуды;

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

- «Гладить кошку» -плавные и мягкие движения рук;

- «Дворники у машины» -движения рук согнутых в локтях.

#### 2. Упражнения на развитие основных жестов и поз.

- жесты утверждающие, отрицающие, указательные, запрещающие и т.д. «Укажи вдаль», «Непроизвольный жест», «Жесты по номерам». Позы, как пластически зафиксированные во времени моменты сценического действия: «Прерванное движение», «Повтори паузу», «Мраморные люди», «Ожившая фотография», игра «Зайцы и волки».

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

### **4. Восприятие характера музыки и передача его через движения.**

*Теория:* прослушивание музыки и определение ее характера. Отражение в движении разнообразных оттенков характера произведений (веселого, спокойного, энергичного, торжественного). Активация и развитие внимания, укрепление памяти, уточнение координации движений.

Стимулирование проявлений активности и самостоятельности учеников в передаче характера музыки и своего отношения к музыкальному произведению через движения.

#### *Практика:*

1. Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков на основе восприятия музыки. Раскрытие характера и выражение его в движении с использованием различных видов ходьбы и бега.

2. Виды ходьбы: бодрая, спортивная, торжественная, естественная, спокойная, осторожная, плавная.

3. Виды бега: Легкий, острый, стремительный, широкий, пружинистый.

4. Музыкальные игры на основе восприятия музыки и отражение ее в движениях:

- игры, отражающие характер музыки (веселый, спокойный, энергичный, жизнерадостный, лирический, торжественный);

- игры, раскрывающие музыкально-двигательный образ в различных перестроениях и передвижениях;

- игры, передающие различными выразительными движениями услышанный музыкальный образ (видимый в пластике движений образ птиц, животных, трудовые действия людей разных профессий, движения видов транспорта и т.д.)

## **5. Средства музыкальной выразительности и отражение их в действительности.**

**Теория:** взаимосвязь эмоционального состояния человека и его действий с темпом исполнения музыки и ее динамическими оттенками.

Развитие и закрепление умений правильно определить характер темпа, выдержка его на протяжении звучания пьесы, а также смена скорости движений.

Наполнение движений разной силы, размаха эмоциональной яркости с постепенным нарастанием и ослаблением напряжений, амплитуды движений, увеличением и уменьшением, а также движений контрастного характера в зависимости от динамических оттенков музыкальных произведений.

Выражение характера музыки, темпа и динамики в творческой импровизации различных движений под музыку, в свободных танцевальных движениях, а также в упражнениях, играх и танцах с фиксированными движениями.

### *Практика.*

1. Определение различных музыкальных темпов (адажио, аллегро и т.д.), разнообразных темповых изменений и выражение их в движениях, разных видах ходьбы и бега, подскоков.

2. Виды ходьбы: танцевальный шаг, имитационно-подражательный, шаг с подниманием на полу пальцы опорной ноги, шаг с подскоком и др.

3. Виды подскоков: на месте с ноги на ногу, с продвижением вперед с ноги на ногу, с ноги на ногу при вращении на месте и в продвижении и др.

4. Отражение динамических оттенков в музыкальном произведении разными движениями, видами ходьбы и бега в сочетании с построениями, перестроениями и передвижениями.

5. Музыкальные игры, определяющие темп музыкального произведения и его динамические оттенки: «Марш», «Нитка бус», «Вышивание», «Шагаем-бегаем», «Марш с сигналами», «Подскоки и пружинистый шаг», «Весело-грустно», «Плавно-отрывисто», «Пойду ль, выйду ль я», «Строим пары», «Веселый человек».

## **6. Метроритм, его выразительное значение и неразрывная связь с движением.**

**Теория:** интуитивное восприятие на слух метрической пульсации, ощущение сильных и слабых долей, соотношение длительностей (долгие, короткие звуки).

Взаимосвязь ритма и мелодии. Ритмичность-умение создавать, выявлять и воспринимать ритм. Прохлопывание, простукивание простейших ритмических рисунков. Ходьба под музыку-выявление моторной реакции. Ознакомление с понятием «сильная доля». Осознанное усвоение длительностей четверть, восьмая, половинная. Выполнение и отражение движением длительностей.

**Ритмическая память.** Выполнение шагами, хлопками ритмического рисунка знакомого музыкального произведения, частично без музыкального сопровождения. Понимание и отражение движением основных музыкальных размеров 2/4-полька (легкий, подвижный характер), 3/4-вальс (плавность и изящество), 4/4-марш (бодрость, четкость). Развитие слухового внимания, музыкальной памяти, координации движений. Умение определять размер незнакомого музыкального произведения. Музыкально-двигательный образ импровизационного характера на основе ритмической структуры музыки.

### *Практика.*

#### **1. Ритмические упражнения:**

- хлопки в ладоши с соблюдением ритмического рисунка на музыкальный размер 4/4, 2/4, 3/4, акцент на разные доли такта;

- хлопки в ладоши на первую четверть такта, на каждую восьмую такта;

- воспроизведение ритмического рисунка движениями: хлопками, ударами ног, шагами;

- сочетание ритмических хлопков в ладоши с различными видами танцевальных шагов, прыжков движений рук, головы и корпуса;

- трактовка различных музыкальных размеров с выполнением шага на месте, в продвижении, прыжками с одной ноги на другую и хлопками в ладоши;
- хлопки в ладоши с паузой, синкопированные хлопки;
- хлопки в ладоши с различными движениями ног, со сменой ритмического рисунка во время разного рода перестроений в танцевальном зале (частично без музыкального сопровождения);
- хлопки в ладоши с различными движениями, отражающие своеобразие и особенности пунктирных ритмов и триолей, ритмический контрапункт.

2. Музыкальные игры, определяющие мелодию, мелодический рисунок, музыкальный размер музыки и отражение их в движениях и перестройках: «Поезд», «Запомни мелодию», «Будь ловким», «Нет, не пойду, я останусь здесь!», «Ладушки», «На переправе», «Ворота в центре и по краям», «Повторим ритм», «Охотник и собака», «Тройка», «Путешествие в сказку».

### **Модуль «Партерная гимнастика»**

**Цель:** гармоничное развитие детей, формирование исполнительских навыков танцевального искусства посредством музыкально – ритмических движений.

**Задачи**

*Обучающие:*

- обучить основам партерной гимнастики;
- способствовать освоению необходимых двигательных навыков.

*Развивающие:*

- развить координацию движений, гибкость и пластику, физические данные обучающихся.

*Воспитательные:*

- формировать культуры поведения ребенка.

**Предметные ожидаемые результаты:**

*Обучающиеся должны знать* правила исполнения упражнения.

*Обучающиеся должны уметь:*

- свободно и легко выполнять упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы;

- уметь исполнять простейшие элементы партерной гимнастики;

- уметь исполнять музыкально небольшие комбинации;

- владеть простейшими правилами поведения в танцевальном классе.

### **Учебно-тематический план 1 года обучения модуля «Партерная гимнастика»**

№ п/п	Наименование тем	Теория	Практика	Всего часов
1.	Упражнения для правильной постановки ног	0,5	2,5	3
2.	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	0,5	3,5	4
3.	Упражнения на развитие мышц живота	0,5	3,5	4
4.	Упражнения на развитие мышц спины	0,5	3,5	4
5.	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук	0,5	3	4
6.	Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног	0,5	3,5	4
7.	Маховые упражнения	1	3	4

8.	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	1	3	4
9.	Акробатические упражнения	1	3,5	4
10.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	6	30	36

### **Содержание.**

#### **1. Вводное занятие**

*Теория:* беседа о предмете партерная гимнастика; правила исполнения упражнений; правила техники безопасности при выполнении сложных элементов.

*Практика:* разучивание поклона, упражнений для разминки.

#### **2. Упражнения для правильной постановки ног**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- сокращение и вытягивание стоп по VI позиции одновременно и поочерёдно – в положении «сидя»;
- круговые вращения стоп (одной, двумя) – в положении «сидя»;
- раскрывание сокращённых стоп из VI позиции в I позицию с возвращением в VI позицию – в положении «сидя»;
- раскрывание вытянутых стоп из VI позиции в I позиции с возвращением в VI позицию – в положении «сидя»;
- сокращение стоп по VI позиции раскрывание сокращённых стоп в I позиции – вытягивание стоп по I позиции с возвращением в VI позиции, и в обратном направлении – в положении «сидя».

#### **3. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

*Практика:*

- наклон корпуса вперёд, ноги вытянуты, стопы вытянуты по VI позиции – в положении «сидя»;
- наклон корпуса назад – из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;
- «кошечка» - выгибание спины вверх и прогибание спины вниз, стоя на коленях, прямые руки на полу на уровне плеч;
- «колечко» - из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;
- «мостик» - из положения «лёжа на спине» (с помощью педагога).

#### **4. Упражнения на развитие мышц живота**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- подъём вытянутых ног на 90° из положения «лёжа на спине, ноги вытянуты по VI позиции» плавно, с касанием пола;
- подъём корпуса и наклон вперёд из положения «лёжа на спине, ноги вытянуты по VI позиции», и возвращение в исходное положение;
- «горка» - одновременное вытягивание ног наверх с удержанием положения – из положения «сидя, ноги согнуты, руки сзади корпуса, ладони на полу».

#### **5. Упражнения на развитие мышц спины**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

*Практика:*

- «лодочка» - одновременный подъём корпуса и вытянутых ног с удержанием из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;
- бросок вытянутых ног назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе», и возвращение в исходное положение;

- «корзиночка» - одновременный подъём рук и ног с удержанием из положения «лёжа на животе с руками, держащими стопы».

## **6. Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- «замочек» - одна рука, согнутая в локте, переносится через плечо ладонью внутрь; другая рука, согнутая в локте, заводиться за спину ладонью наружу; взять пальцы обеих рук в «замок», задержать в этом положении и вернуть в исходное положение. Исходное положение – руки в стороны, ноги в положении «сидя на пятках» или на «лягушке»;

- «мотылёк» - поднимание корпуса на одной руке с поворотом на бок и с удержанием положения, свободная рука плавно поднимается и опускается – из положения «сидя, руки на полу сзади корпуса, ноги вытянуты».

## **7. Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- «Алёнушка» - опускание бёдер с правой и с левой стороны от ног и возвращение в исходное положение – из положения «стоя на коленях, руки вытянуты вперёд»;

- «кузнецик» - сесть между пятками, удержать положение, подняться на колени – из положения «стоя на коленях, ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперёд».

## **8. Маховые упражнения**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

*Практика:*

- бросок вытянутой ноги вперёд из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»;

- бросок вытянутой ноги назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе», и возвращение в исходное положение.

## **9. Упражнения для развития выворотности и танцевального шага**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

*Практика:*

- поднимание вытянутой ноги вперёд, в сторону из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»;

- «лягушка» - колени согнуты, лежат на полу, стопы соприкасаются – в положении «сидя», «лёжа на спине», «лёжа на животе»;

- шпагат с правой, левой ноги, поперечный шпагат;

- наклоны в сторону, вперёд сидя на поперечном шпагате.

## **10. Акробатические упражнения**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

*Практика:*

-стойка на лопатках с касанием пола вытянутыми пальцами ног (руки поддерживают спину) – из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами».

## **Модуль «Основы народно-сценического танца»**

**Цель:** Развитие танцевально – исполнительских навыков, необходимых для исполнения народно – сценических танцев.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- обучить основам народно - сценического экзерсиса у опоры и на середине зала.

*Развивающие:*

- развить артистизм и эмоциональность, художественный вкус.

**Воспитательные:**

- воспитать эмоционально-ценностное отношение к искусству;
- приобщить к истокам народной культуры с учетом регионального компонента.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать основы экзерсиса народно – сценического танца, терминологию и их значение.*

*Обучающиеся должны уметь эмоционально передавать характер русского и белорусского танцев.*

**Учебно-тематический план 1 года обучения модуля «Основы народно-сценического танца»**

№ п/п	Наименование тем	Теория	Практика	Всего часов
1.	Элементарные навыки танцевальной координации движений	1	7	8
2.	Движения у станка	2	8	10
3.	Русский народный танец	2	7	9
4.	Белорусский народный танец	1	7	8
5.	Итоговое занятие		1	1
<b>Итого</b>		6	30	36

**Содержание.**

**1. Элементарные навыки танцевальной координации движений.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине); понятие «противоход»;
- позиции ног: 5 свободных; 5 прямых; 2 закрытых;
- позиции и положения рук: подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса); 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце); 4-я позиция (руки на талии). Эти позиции рук характерны для всех национальностей.

**2. Движения у станка**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика*

Изучение движений у станка начинается лицом к палке; по мере усвоения материала – за одну руку.

1. Plie по I, II позициям, а также по I прямой позиции.
2. Battementtendu из I позиции «носок-каблук».
3. Подготовка к «веревочке» - скольжение работающей ноги по опорной.
4. Перегибы корпуса:
  - в I прямой позиции на вытянутых ногах на всей стопе назад;
  - на plie с ногой, открытой в сторону, к ноге и от ноги.

**3. Русский народный танец**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Открывание и закрывание рук из подготовительного положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позиции); два положения кисти на талии:
  - ладонь;
  - кулак.
2. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie.
3. «Ковырялочка» из III свободной позиции:
  - в сторону;
  - назад (с поворотом на 180 градусов).
4. «Припадение» в сторону из III свободной позиции.

5. Подскоки.
6. Русский бег.
7. «Перескоки».
8. «Молоточки».
9. Простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад.
10. Переменный ход в продвижении вперед и назад.
11. Поясной русский поклон.
12. Притопы:

- одинарные.

### **3. Белорусский народный танец**

#### *Теория*

Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

#### *Практика:*

- основные положения рук;
- позиции ног;
- основные положения в паре;
- основной ход танца «Бульба»;
- основной ход танца «Крыжачок»;
- притопы;
- «перескоки».

## **Учебный план 2 года обучения.**

№ п /п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Ритмика	30	6	24
2.	Партерная гимнастика	39	9	30
3.	Основы народно – сценического танца	39	9	30
	<b>Итого</b>	108	24	84

### **Модуль «Ритмика»**

**Цель:** раскрытие творческой личности ребенка средствами хореографического искусства.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- научить азам хореографии;
- обучить понятиям: характер музыки, темп, ритм.

*Развивающие:*

- развить чувства ритма, музыкального слуха, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности;
- развить навыки ориентировки в пространстве;

*Воспитательные:*

- воспитать трудолюбие;
- воспитать стремления к двигательной активности;
- воспитать ответственность, упорство, силу воли.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающие должны знать* и понимать характер, темп и ритм музыки,

*Обучающие должны уметь* хорошо ориентироваться в пространстве, проявлять ответственность в подготовке к занятиям.

### **Учебно - тематический план 2 года обучения модуля «Ритмика»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Музыкально-ритмические упражнения	2	7	9
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	2	7	9
3.	Танцевальные этюды, игры, танцы	2	9	11
4.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	6	24	30

### **Содержание.**

#### **1. Музыкально-ритмические упражнения**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- развитие музыкально - ритмической памяти посредством слушания и последующего воспроизведения ритмических рисунков не только с помощью движений рук и ног (прохлопать, протопать), но и с использованием различных танцевальных элементов и движений: шагов, прыжков, поворотов, хлопков не только в ладоши, но и по

различным частям тела: плечу, бедру, голени и т.п. Упражнения могут выполняться как самостоятельно, так и с помощью партнера;

- развитие выразительности и артистизма: передача характера музыки, ее настроения посредством пластики и мимики;

- музыкально – ритмические упражнения с предметами (платок, лента, обруч, мяч).

Упражнения могут выполняться как самостоятельно, так и с помощью партнера;

- практические упражнения на воспроизведение в движении пройденного теоретического материала по музыкальной грамоте: понятие позы - застывшего движения, иллюстрирующего музыкальную паузу, понятие плавных и резких движений - передача движением музыкальных штрихов (легато, стаккато), координируя их с движениями ног (приседанием, подъемом на полу пальцы, ходьбой) и др. по выбору преподавателя.

## **2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений**

*Теория:* Правила выполнения упражнений. Последовательность.

*Практика:*

1. Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки.  
2. Упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу.

3. Упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускание их вниз;

4. Упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх.

5. Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.

6. Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки.

7. Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

- равномерный бег с захлестом голени;
- легкие, равномерные, высокие прыжки;
- перескоки с ноги на ногу;
- простой танцевальный шаг, приставной шаг;
- шаги на полу пальцах и пятках;
- притопы: удары стопы в пол равномерно и по три.

8. Выполнение изученных элементов танцевальных движений.

9. Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук.

10. Ознакомление с танцевальными рисунками.

11. Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве. Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

## **3. Танцевальные этюды, игры, танцы.**

*Теория:* Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

*Практика:* Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. Отгадывание музыкальных загадок.

## **Модуль «Партерная гимнастика»**

**Цель:** формирование основных физических качеств и навыков, необходимых для занятий хореографией с целью развития интереса к двигательной деятельности.

**Задачи**

*Образовательные:*

- формировать систему знаний, умений, навыков по предмету «Партерная гимнастика».

*Развивающие:*

- развить мышечно-связочного аппарата и природных хореографических способностей (выворотность ног, гибкость тела, танцевальный шаг, прыжок);

- развить танцевально-ритмическую координацию и выразительность;

#### **Воспитательные:**

- воспитать волевые качества личности: настойчивость, трудолюбие.

#### **Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* названия всех изученных видов движений и правила их исполнения; знать и выполнять правила техники безопасности при выполнении движений.

*Обучающиеся должны уметь* выполнять предусмотренные программой движения с большей амплитудой.

#### **Учебно - тематический план 2 года обучения модуля « Партерная гимнастика»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего часов
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	1
2.	Упражнения для правильной постановки ног	1	4	5
3.	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	1	4	5
4.	Упражнения на развитие мышц живота	1	3	4
5.	Упражнения на развитие мышц спины	1	4	5
6.	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов рук и укрепления мышц рук	1	3	4
7.	Маховые упражнения	1	3	4
8.	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	1	4	5
9.	Акробатические упражнения	1,5	3,5	5
10.	Итоговое занятие		1	1
<b>Итого</b>		9	30	39

#### **Содержание.**

##### **1. Вводное занятие**

*Теория:* повторение правил исполнения движений; повторение правил техники безопасности при выполнении сложных элементов.

*Практика:* разучивание поклона, упражнений для разминки.

##### **2. Упражнения для правильной постановки ног**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- сокращение и вытягивание стоп по VI, I позициям одновременно и поочерёдно – в положении сидя и «лежа на спине с вытянутыми ногами»;

- сокращение стоп по VI позиции - раскрывание сокращённых стоп в I позицию - вытягивание стоп по I позиции с возвращением в VI позицию, и в обратном направлении (по позициям и слитно) – в положении «сидя».

##### **3. Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

*Практика:*

- наклон корпуса вперёд, ноги вытянуты, стопы вытянуты по I позиции в положении «сидя»;

- наклон корпуса назад – из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами, стопы в I позиции»;

- «колечко» - из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;

- «кошечка» - выгибание спины вверх и прогибание спины вниз, стоя на коленях, прямые руки на полу на уровне плеч;

- «кошечка пролезает под забором» - из положения «сидя на пятках, прямые руки лежат на полу перед корпусом».

- «мостик» - из положения «лёжа на спине» (самостоятельно).

#### **4. Упражнения на развитие мышц живота**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- подъём вытянутых ног на 90° из положения «лёжа на спине, ноги вытянуты по I позиции» - плавно, с касанием пола;

- подъём корпуса и наклон вперёд из положения «лёжа на спине, ноги вытянуты по I позиции», и возвращение в исходное положение;

- подъём вытянутых ног на 90° с последующим сокращением и вытягиванием стоп из положения «лёжа на спине, ноги вытянуты, стопы вытянуты по I позиции» - плавно, с касанием пола;

- «горка» - одновременное вытягивание ног наверх и рук в стороны, с удержанием положения – из положения «сидя, ноги согнуты, руки обхватывают ноги».

#### **5. Упражнения на развитие мышц спины**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

*Практика:*

- «лодочка» - одновременный подъём корпуса и вытянутых ног с удержанием из положения «лёжа на животе с вытянутыми ногами»;

- бросок вытянутых ног назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе», и возвращение в исходное положение с руками, вытянутыми наверх;

- «корзиночка» с переходом и удержанием положения «лодочка» - из положения «лёжа на животе с руками, держащими стопы»;

- поднимание и удержание корпуса – из положения «лёжа на животе, ноги вытянуты, стопы в I позиции, руки вытянуты вперёд», с помощью партнёра, который держит стопы.

#### **6. Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов рук и укрепления мышц рук**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- «замочек» - одна рука, согнутая в локте, переносится через плечо ладонью внутрь; другая рука, согнутая в локте, заводиться за спину ладонью наружу; взять пальцы обеих рук в «замок», задержать в этом положении и вернуть в исходное положение. Исходное положение – руки в стороны, ноги в положении «лягушка»;

- подъём рук наверх и опускание вниз за спиной с поворотом в плечевом суставе – со скакалкой из положения «стоя, руки опущены вниз».

#### **7. Маховые упражнения**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

*Практика:*

- бросок вытянутой ноги вперёд из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»;

- бросок вытянутой ноги в сторону из положения «лёжа на боку с вытянутыми ногами»;

- бросок вытянутой ноги назад с опусканием корпуса из положения «упор на руках, лёжа на животе», и возвращение в исходное положение.

#### **8. Упражнения для развития выворотности и танцевального шага**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

**Практика:**

- поднимание ноги вперёд, держась за пятку противоположной рукой из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами»;
- поднимание ноги в сторону, держась за пятку одноимённой рукой из положения «лёжа на спине с вытянутыми ногами» и «лёжа на боку с вытянутыми ногами».

**9. Акробатические упражнения**

*Теория:* правила исполнения движений, правила техники безопасности при выполнении движений.

**Практика:**

- стойка на лопатках (руки поддерживают спину) – из положений «лёжа на спине, ноги вытянуты» и возвращение в исходное положение;
- стойка на лопатках (руки поддерживают спину) – из положений «сидя, ноги согнуты и прижаты к груди, руки крепко обхватывают ноги» и возвращение в исходное положение.

**Модуль «Основы народно - сценического танца»**

**Цель:** формирование знаний и практических навыков в области народного танца.

**Задачи***Обучающие:*

- научить пользоваться терминологией народного танца;
- изучить танцевальные элементы народного танца;
- научить передавать характер и сценическую манеру исполнения народного танца;

*Воспитательные:*

- воспитать стремление к познанию и творчеству;
- воспитать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, навыки общения в коллективе;
- приобщить к истокам народной культуры с учетом регионального компонента;

*Развивающие:*

- развить мотивацию на творческую деятельность;
- развить силу мышц, выносливость, навыки координации движений, музыкальные способности.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* терминологию народно-сценического танца, особенности и традиции изучаемых народностей; владеть культурой исполнения, техникой движения.

*Обучающиеся должны уметь* передавать в движении ритмические рисунки русских, украинских, карело – финских танцев.

**Учебно-тематический план 2 года обучения модуля «Основы народно-сценического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка	3	7	10
2.	Танцевальные упражнения и комбинации на середине зала.	2	8	10
3.	Украинский танец	2	7	9
4.	Карело – финский танец	2	7	9
5.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	9	30	39

**Содержание.****1. Экзерсис у палки.**

*Теория:* Правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Demi-plies и grand-plies с перегибом корпуса.  
Battement tendu и Battement tendu jeté с подъемом пятки опорной ноги. Rond de jambe par terre круг носком по воздуху.

4. «Веревочка» с demi-plie на опорной ноге. Упражнение для бедра с подъемом на полупальцы. Pastortille (зигзаг) плавное с ударом.

Подготовка к Flic-Flac с переступанием по 3-й позиции (вперед, в сторону). Дробные выстукивания: ключ простой, с подскоком.

8. Grand battement jetés с demi-plie на опорной ноге

## **2. Танцевальные упражнения и комбинации на середине зала.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Навыки работы с платком

2. «Переменный шаг» с притопом и продвижением вперед и назад

3. «Веревочка»

4. «Ковырялочка» с подскоками.

5. Дробные движения: простая дробь на месте, двойная дробь, ключ одинарный с ударом каблуком опорной ноги, семейская дробь.

7. Вращения: на подскоках «полька»

## **3. Украинский танец**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Позиции рук: женские руки мягкие, плавные, широкие, спокойные; мужские руки широкие, спокойные, но более сильные, мужественные.

2. Корпус: украинскому женскому танцу свойственны в основном плавные, спокойные движения корпуса, в мужских танцах положения корпуса более разнообразны, движения более широки и свободны.

3. Голова исполнителя украинских танцев обычно бывает свободно и весело приподнята.

4. Движения на месте: «бегунец» - стремительный ход вперед, «тынок» - перескок из стороны в сторону, медленный женский ход, боковой ход «Дорижка», «Веревочка», притопы

## **4. Карело-финский танец**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Позиции и положения рук: в массовом танце, в парном танце

2. Ходы и движения на месте: легкий бег, шаг с подскоком, галоп, полька, «ножницы»

3. Присядки с выбросом ноги вперед на носок, с «ковырялочкой»

### Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Основы классического танца	6	32	38
2.	Основы народно- сценического танца	6	32	38
3.	Основы современного танца	4	28	32
	<b>Итого</b>	16	92	108

#### **Модуль «Основы классического танца»**

**Цель:** освоение знаний, умений, навыков в области классического хореографического искусства.

**Задачи:**

*Образовательные*

- формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом;
- приобретение музыкально-ритмических навыков.

*Развивающие*

- развитие эстетического и художественного вкуса у детей;
- развитие профессиональных данных: гибкость, выворотность, подъём стопы, танцевальный шаг, прыжок, ритмичность, эластичность мышц, музыкальность, сообразительность, координацию, танцевальность.

*Воспитательные*

- воспитать культуру поведения и чувства прекрасного;
- воспитать трудолюбие и дисциплинированности.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* основные требования классического танца;

-названия движений на французском языке, их перевод и значение;

-знать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

*Обучающиеся должны уметь* координировать элементарные движения.

#### **Учебно – тематический план 3 года обучения модуля «Основы классического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего часов
1.	Экзерсис у станка	2	11	13
2.	Экзерсис на середине зала	2	10	12
3.	Прыжки	2	10	12
4.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	6	32	38

#### **Содержание.**

##### **1. Экзерсис у станка.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Постановка корпуса.

2. Позиции ног: I позиция, II позиция, III позиция, V позиция, IV позиция (как наиболее трудная изучается последней).

М.Р. 4/4 (в каждой позиции стоять 2 такта).

М.Р. ¾ в каждой позиции стоять 8 тактов

3. Позиции рук: подготовительное положение, 1 позиция, 3 позиция, 2 позиция (как наиболее трудная изучается последней). Позиции рук вначале изучаются на середине зала без точного соблюдения позиций ног. М.Р. 4/4, ¾.

4. Demiplie в I, II, III, V позициях.

М.Р. 4/4 (в 1 полугодии исполняется на 2 такта, во 2 полугодии — на каждый такт).

5. Battementtendu(в 1-м полугодии — в сторону, вперед и назад).

М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт, затем - на  $\frac{1}{2}$  такта; во 2-м полугодии — на каждую  $\frac{1}{4}$ ).

6. Passeparterre в I позиции вперед и назад. М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый тakt, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта).

7. Demironddejambe parterre .М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, затем — на 1 тakt).

8. Battementtendu из V позиции в сторону, вперед и назад. М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на 1 тakt, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта, во 2-м полугодии — на каждую  $\frac{1}{4}$  ).

9. Ronddejambe parterre endehor endedan (в начале изучения объясняются понятия «endehor”, “endedan”). М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, к концу — на  $\frac{1}{2}$  такта).

10. Battementtendujete с 1 позиции, с V позиции в сторону, вперед и назад. М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый тakt, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта, во 2-м полугодии — на каждую  $\frac{1}{4}$  ).

11. Battementtendujete pique с 1 и позиций в сторону, вперед и назад. М.Р. 2/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый тakt, затем — на  $\frac{1}{4}$  ).

12. Положение ноги sur le coude pied спереди, сзади и условное coude pied(вначале изучается из положения открытой ноги в сторону, по мере усвоения — из положения ноги «вперед» и «назад» ).М.Р. 2/4,  $\frac{3}{4}$ , 4/4.

13. Battementfrappe в сторону, вперед и назад (в начале изучается носком в пол, во 2-м полугодии — на 35 градусов). М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый тakt, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта, во 2-м полугодии — на  $\frac{1}{4}$  ).

14. Relevé на полупальцах в I, II и V позициях:

- на вытянутых ногах;
- с предварительным demiplie;
- на demiplie в заключение.

М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый тakt, во 2-м полугодии — на  $\frac{1}{2}$  такта ).

15. Battementfondu в сторону, вперед и назад(вначале изучается носком в пол, к концу 1-го полугодия — на 45 градусов).М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый тakt, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта/.

16. Battementretire (поднимание и опускание работающей ноги, согнутой в колене, до колена опорой ноги; служит подготовкой к battement developpes). М.Р. 4/4 (исполняется на каждый тakt).

17.Battement relevé lent на 90 градусов изI и V позиций в сторону, вперед и назад (в сторону и назад первоначально изучается лицом к станку; вперед — держась за станок одной рукой).М.Р. 4/4 (исполняется на 2 такта).

18. Grandplie на I, II, IV, V позициях (сначала изучается лицом к палке, затем — держась одной рукой за палку).М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, к концу 2-го полугодия — на каждый тakt).

19. Temps relevé par terre (preparation) для rond de jambe par terre endehors en dedans. М.Р. 4/4 (в 1-м полугодии исполняется на каждый тakt, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта).

20. Grandbattement jete из I и V позиций в сторону, вперед и назад (вперед и назад первоначально изучается спиной и лицом к станку, затем движение выполняется, держась одной рукой за станок).М.Р. 4/4 ,в начале 1-го полугодия исполняется на  $\frac{1}{2}$  такта, затем — на  $\frac{1}{4}$  такта, 2-я четверть — пауза; во 2-м полугодии — на каждую четверть.

21. Наклоны вперед и перегибы корпуса назад и в сторону исполняются в конце экзерсиса. Вперед исполняется по 1 позиции спиной к станку, перегибы корпуса исполняются лицом к палке. М.Р. 4/4 (в 1-м полугодии — на 2 такта, во 2-м полугодии — на 1 тakt).

## 2. Экзерсис на середине зала.

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:* упражнения те же, что у станка enface.

1. Deme plie enface в I, II, V позициях.
- 2.Battement tendu из I и V позиций во все направления
  - battementtendu c demi plie из I и V позиций;
  - battementtendujete из I и V позиций;
  - battementtendujete pique из I и V позиций.
- 3 .Ronde de jambe par terre .
- 4 .Battement fondu .
5. Battement frappe .
6. Battement relevé .
- 7.Grand battement jeté .
8. Relevé на I, II и V позициях.
9. I-e port de bras .

### **3. Прыжки(allegro).**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:* первоначально прыжки изучаются лицом к станку. Как только усвоена элементарная правильность исполнения, изучение переносится на середину зала.

1. Tempslevé из I, II, V позициях. М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый тakt, затем — на ½ такта; к концу года — на каждую четверть ).
2. Chaque ment depieds . М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия — на каждый тakt, к концу — на ½ такта; во 2-м полугодии — на каждую четверть ).
3. Pas chapeau из V позиции во II и со II в V. М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, во 2-м полугодии — на ½ такта ).

## **Модуль «Основы народно-сценического танца»**

**Цель:** формирование основных двигательных качеств и навыков для занятий народно-сценическим танцем, воспитание эстетического вкуса.

### **Задачи:**

*Обучающие:*

- научить основам народно-сценического танца;

*Развивающие:*

- развить образное мышление,
- развить артистизм и индивидуальные возможности детей;

*Воспитательные:*

- воспитать чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве,
- воспитать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, навыки общения в коллективе.

### **Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* правила исполнения движений.

*Обучающиеся должны уметь* технически грамотно исполнять элементы народно - сценического танца, выполнять элементы в манере и характере определённой национальности, выполнять задания самостоятельно и в группе.

### **Учебно-тематический план 3 года обучения модуля «Основы народно-сценического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Упражнения у станка	1	8	9
2.	Русский народный танец	1	7	8
3.	Молдавский народный танец	1	9	10
4.	Татарский народный танец	2	8	10
5.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	6	32	38

## **Содержание.**

### **1. Упражнения у станка**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Полуприседания (demi – plies) и полные приседания (grand – plies).
2. Скользжения стопой по полу (battementttendns).
3. На носок, с переводом стопы на ребро каблука.
4. На носок, с переводом стопы на ребро каблука – с полуприседанием.
5. С поворотом в закрытое положение с выведением ноги в сторону.
6. Маленькие броски.
7. Ронд де жамб-круговые скользжения по полу.
8. Ронд де жамб -ребром каблука – с остановкой в сторону.
9. Полуприседание на опорной ноге, с поворотом колена работающей из закрытого положения в открытое (battementfondu).
10. Скользжение по ноге (пассе).
11. Подготовка к «веревочке».
12. «Веревочка».Разворачивание работающей ноги (battementdeveloppe) с одновременным ударом каблуком опорной.

### **2.Русский народный танец**

*Теория:* Ознакомление с сюжетом танца и прослушивание музыки.

*Практика:*

1. Бег лошадок.
2. Быстрый бег.
3. Первый припляс.
4. Веревочка с поворотом на переступании.
5. Дробь каблуками.
6. Подскоки с полуповоротом.
7. Второй припляс.
8. Простая присядка.
9. Присядка – разножка с хлопком
10. Третий припляс.
11. Шаг гусем.
12. Четвертый припляс.
13. Полуповорот.
14. Прыжки.
- 15.Молоточки.
16. Простая дробь.
17. Шаги накрест с подскоком.
18. Голубцы с поворотом.
19. Крутка.
20. Переступание.
21. Присядка-ползунок в стороны.

### **3.Молдавский народный танец.**

*Теория:* Особенности традиций Молдовы.

*Практика:*

- 1.Позиции и положения ног
2. Позиции и положения рук
3. Положения рук в массовом и парном танце
4. Подготовка к началу движения
5. Простые поклоны на месте без рук и с руками
6. Притоп
7. «Веревочка»:  
-простая

- с переступаниями
- в повороте
- 8. Дорожка простая (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом
- 9. «Голубцы» на месте
- 10. «Дорожка» с продвижением в сторону, со сменой позиций вперед и назад в перекрещенном положении.

#### **4. Татарский народный танец.**

*Теория:* Особенности народа Татарстана

*Практика:*

1. Первый ход (беренчейореш)
2. Второй ход (икенчейореш)
3. Основной ход (топ йореш)
4. Мелкая дробь (вактыпирдау)
5. Строчка (тегу)
6. Перебор
7. Позиции рук (за платье, калфак, свободное). Падебаск на носок. «Вишенка»

### **Модуль «Основы современного танца»**

**Цель:** Развитие художественно - творческого потенциала через искусство современной хореографии.

**Задачи:**

*Обучающие*

- обучить основам современной хореографии;
- обучить терминологию современного танца.

*Развивающие*

- развить ритмическое восприятие;
- развить образное мышление.

*Воспитательные*

- воспитать культуру движений.

**Предметные ожидаемые результаты:**

*Обучающие должны знать* и понимать терминологию современного танца.

*Обучающие должны уметь:*

- ритмически верно исполнять движения и передавать через движения образ и характер музыки,
- создавать образы и оперировать ими в соответствии с поставленными задачами.

### **Учебно-тематический 3 года обучения план модуля «Основы современного танца»**

<b>№. п/п</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего часов</b>
1.	Разогрев	0,5	4,5	5
2.	Изоляция	0,5	3,5	4
3.	Упражнения для позвоночника	1	5	6
4.	Координация.	1	4	5
5.	Кросс. Передвижение в пространстве.	1	5	6
6.	Комбинации на основе изученных движений.	-	5	5
7.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	4	28	32

## **Содержание.**

### **1.Разогрев**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1.Поза «коллапса»:

Тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утираются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперед. Задача педагога - добиться достаточной свободы позвоночника, чтобы совершать движения различных его частей.

- перегибы и наклоны торса;

- упражнения для разогрева стопы

### **2.Изоляция и полицентрия.**

*Теория:* правила исполнения движений.

В современном танце тело состоит как бы из отдельных частей - центров -это голова, шея, плечевой пояс, грудная клетка, пельвис, руки и ноги. Эти центры могут пространственно и ритмически независимо двигаться, именно это и создает полицентрию движения.

*Практика:*

1.Изоляция:голова;плечи;

- руки; ноги.

### **3.Упражнения для позвоночника**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- наклоны торса;

- rolldown;rollup.

### **4.Координация.**

*Теория:* правила исполнения движений

При движении двух или более центров одновременно возникает необходимость их скоординировать. Координация осуществляется двумя способами: импульсом, при котором два или несколько центров приводятся в одновременном движение, либо применяется принцип управления, т.е.центры включаются в движение последовательно.

*Практика.*

### **5. Кросс. Передвижение в пространстве.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика.*

1.Шаги:flat step; camelwalk.

2.Прыжки:jump; hop.

### **6. Комбинации на основе изученных движений.**

*Теория:* Правила исполнения движений.

*Практика.*

Разучивание небольшой комбинации на 32 такта.

### **Учебный план 4 года обучения.**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Основы классического танца	4	33	37
2.	Основы народно-сценического танца	5	32	37
3.	Основы современного танца	4	30	34
	<b>Итого</b>	13	95	108

### **Модуль «Основы классического танца».**

**Цель:** развитие физических данных через освоение классического хореографического искусства.

**Задачи:**

*Обучающие*

- освоить технику исполнения движений в более быстром темпе;
- обучить самостоятельно отрабатывать танцевальные элементы;
- обучить ребенка выразительности в исполнении.

*Развивающие*

- развить силу ног;
- развить устойчивость, освоение техники в более быстром темпе.

*Воспитательные*

- воспитать чувства такта, благородства,уважения друг к другу;
- воспитать обязательность, аккуратность.

**Предметные ожидаемые результаты:**

*Обучающиеся должны знать балетную терминологию;*

*-знать элементы и основные комбинации классического танца.*

*Обучающиеся должны уметь координировать движений рук, ног, головы.*

### **Учебно – тематический план 4 года обучения модуля «Основы классического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка	1,5	10,5	12
2.	Экзерсис на середине зала	1,5	11,5	13
3.	Прыжки	1	10	11
4.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	4	33	37

### **Содержание.**

**1. Экзерсисы у станка.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Battement tendu pour le pied (double tendu) в I и V позициях:
  - с опусканием пятки на II позицию;
  - с опусканием пятки на III позицию на demi plie . М.Р. 4/4 (в начале исполняется на каждый такт, во 2-м полугодии — на  $\frac{1}{2}$  такта ).
2. Rond de jambe par terre en dehors, endedans. М.Р. 4/4 (исполняется на каждую четверть).
3. Battement fondu с plie-releve во всех направлениях. М.Р. 2/4 (исполняется на 1 тakt battement fondu , на второй такт — plie-releve).
4. Petit battement sur le cou-de-pied (исполняется равномерно, а также с акцентом вперед и назад ). М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, к концу — на  $\frac{1}{2}$  такта; во 2-м полугодии — на  $\frac{1}{4}$  ).
5. Battement double frappe в сторону, вперед и назад (в начале 1-го полугодия исполняется носком в пол, затем — на 30 градусов). М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия

исполняется на каждый такт, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта, во 2-м полугодии — можно на каждую четверть ).

6. Battementsoutenu носком в пол на всей стопе (вначале изучается pliesoutenu ). М.Р. 4/4(в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта).7. Ronddejambeenl'airendehorsuededans. Движение начинается с подготовки: сгибания и разгибания ноги, открытой в сторону на 45 градусов. М.Р. 4/4 (в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, к концу — на  $\frac{1}{2}$  такта и каждую  $\frac{1}{4}$  ).

8. Pliereleve на 45 градусов.

9. Battementdeveloprevo всех направлениях. М.Р. 4/4 (исполняется на 2 такта). М.Р.  $\frac{3}{4}$  (исполняется на 8 тактов ). В дальнейшем — на 1 такт 4/4 и 4 такта  $\frac{3}{4}$ .

10. Portdebras 1-е и 3-е сочетаются с различными упражнениями (3-е portdebras исполняется в заключение ronddejambe par terre). М.Р.4/4 (исполняется на 2 такта). После - releve на полупальцах.

11. Pasdebourree с переменой ног endehors u endedans (вначале изучается лицом к станку, к концу года — на середине зала). М.Р. 4/4,  $\frac{3}{4}$ , 2/4 (исполняется на каждый такт).

12. Plierelevena 45 градусов c demironddejambe .

13. Grandbattementjetepointe .

## 2. Экзерсис на середине зала

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:* упражнения те же, что у станка enface и epaulelement .

1. Epaulelementcroisee u effaceev V позиции.

2. Позы croisee и effacee с руками в больших и маленьких позах впереди назад носком в пол.

3. Portdebras 1-е, 2-е, 3-е. М.Р. 4/4 (исполняется на 2 такта: 2-еи 3-е portdebras впереди назад epaulelementcroisee).

4. Tempslevé par terre. М.Р. 4/4 (исполняется на 2 такта).

5. Battementtendu в маленьких и больших позах croisee и effacee вперед и назад.

6. Battementtendujete в маленьких и больших позах croisee и effacee вперед и назад.

7. 1-й, 2-й, 3-й, arabesques (изучаются носком в пол).

8. Battementrelevelent на 90 градусов во всех направлениях и позах croisee и effacee вперед и назад. М.Р. 4/4 (исполняется на 2 такта ).

9. Элементарное adagio из пройденных поз.

10. Grandbattementjete во всех направлениях в позах croisee и effacee .

11. Pasdebourree без перемены ног из стороны в сторону.

## 3. Прыжки(allegro).

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Pasassemble в сторону. М.Р. 4/4 (в 1-м полугодии исполняется на каждый такт, во 2-м полугодии — на половину такта и на каждую четверть ).

2. Pasassemble вперед и назад (изучается так же, как и в сторону ).

3. Sissonnesimple (изучается во 2-м полугодии без assemble).

4. Pasjete.

5. Pasechapprenaодну ногу.

## Модуль «Основы народно-сценического танца»

**Цель:** формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, личностных качеств, необходимых для занятий народно-сценическим танцем.

### Задачи:

*Обучающие:*

- обучить основам народного танца,

- обучить выразительному и эмоциональному исполнению танцевальной практике.

*Развивающие:*

- развить танцевальную координацию,

- развить физическую выносливость.

**Воспитательные:**

- воспитать умения танцевать в группе;
- воспитать дисциплинированность, волевые качества.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать национальные особенности и манеру исполнения итальянского, марийского и казахского танцев.*

*Обучающиеся должны уметь грамотно выразительно и технично исполнять экзерсис у станка и на середине зала, передавать национальный характер итальянского, марийского и казахского народных танцев, ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм.*

### **Учебно-тематический план 4 года обучения модуля «Основы народно-сценического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Упражнения у станка	1	8	9
2.	Итальянский народный танец	1,5	7,5	9
3.	Марийский народный танец	1,5	7,5	9
4.	Казахский народный танец	1	8	9
5.	Итоговое занятие		1	1
<b>Итого</b>		5	32	37

### **Содержание.**

#### **1. Упражнения у станка**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Приседания резкие и плавные по 1,2,5 открытым позициям
2. Скольжение стопой по полу с опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги
3. Маленькие броски
4. Повороты стопы (одинарные)
5. Battementsfondues
6. Подготовка к веревочке
7. Разворачивание ноги на 90 градусов
8. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги на ногу открытую на носок в сторону или назад
9. Повороты на обеих ногах по 5 открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах.
10. Большие броски с падением на работающую ногу

#### **2. Итальянский народный танец**

*Теория:* Особенности и характер танца

*Практика:*

1. Положения ног, характерные для танца.
2. Положения рук в танце.
3. Скольжение на носок вперед в открытом положение с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).
4. Шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге.
5. Бег тарантеллы на месте и с продвижением вперед.
6. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене.
7. Перескоки с ноги на ногу.
8. Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3 свободной позиции на месте и в повороте.

### **3.Марийский народный танец «На Юнге»**

*Теория:* Культура горных мари

*Практика:*

1. Переменный шаг.
2. Елочка (скользящий шаг назад)
3. Баланс (колыхающийся шаг).
4. Припадание в сторону

### **4.Казахский народный танец**

*Теория:* Особенности и характер танца

*Практика:*

1. Положения ног
2. Положения рук в сольном и массовом танцах.
3. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).
4. Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.
5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.
6. Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.
7. Ход на одну ногу с прыжком.
8. Повороты.

## **Модуль «Основы современного танца»**

**Цель:** развитие художественно - творческого потенциала через искусство современной хореографии.

### **Задачи**

*Обучающие:*

- обучить основам современной хореографии.

*Развивающие:*

- развить способности к творческой импровизации в области хореографии.

*Воспитательные:*

- формировать нравственные качества личности учащегося, взгляды и убеждения, воспитывать культуру движений.

### **Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать:* особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, элементы и основные комбинации современного танца.

*Обучающиеся должны уметь:*

- соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- применять хореографические знания в импровизации при создании хореографических этюдов, композиций.

## **Учебно-тематический план 4 года обучения модуля «Основы современного танца»**

<b>№. п/п</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего часов</b>
1.	Разогрев	0,5	4,5	5
2.	Изоляция	0,5	4,5	5
3.	Упражнения для позвоночника	1	5	6
4.	Координация.	1	5	6
5.	Кросс. Передвижение в пространстве.	1	5	6
6.	Комбинации на основе изученных движений.	-	5	5
7.	Итоговое занятие		1	1

	<b>Итого</b>	4	30	34
--	--------------	---	----	----

## **Содержание.**

### **1.Разогрев**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- на середине;
- в партер;
- у станка.

### **2.Изоляция**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- голова;
- плечи;
- руки;
- пельвис;
- ноги ( положения prance, point, flex; plie; battement tendu; battement tendujete; grand battement jete).

### **3.Упражнения для позвоночника**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- наклоны торса;
- rolldown;
- rollup.

### **4.Координация.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- 1.Координация двух центров в параллельном движении.
2. Оппозиционное движение (один центр вперед, другой – назад).
- 3.Перевод рук из позиции в позицию с одновременным движением какого-либо центра.

### **5. Кросс. Передвижение в пространстве**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- 1.Шаги:latin walk;flat step, step ball change.
- 2.Прыжки: jump;hop;с двух ног на одну (leap).

### **6. Комбинации на основе изученных движений.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

Разучивание небольшой комбинации на 32 такта.

## Учебный план 5 года обучения.

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Основы классического танца	4	32	36
2.	Основы народно- сценического танца	4	32	36
3.	Основы современного танца	4	32	36
	<b>Итого</b>	12	96	108

### Модуль «Основы классического танца».

**Цель:** развитие танцевально-исполнительских способностей на основе приобретённых знаний, навыков и умений в области классического танца.

#### **Задачи**

##### *Обучающие*

- научить правильности и чистоте исполнения;
- обучить принципам взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств.

##### *Развивающие*

- развить координацию, выразительность поз,
- развить устойчивость, выносливость.

##### *Воспитательные*

- воспитать стремление к познанию и творчеству;

#### **Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* правильность и чистоту танцевальных элементов.

*Обучающиеся должны уметь* выразительно исполнять небольшие комбинации, анализировать исполнение движений.

### **Учебно-тематический план 5 года обучения модуля «Основы классического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка	1	10	11
2.	Экзерсис на середине зала	1	11	12
3.	Прыжки(allegro)	2	10	12
4.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	4	32	36

#### **Содержание.**

##### **1. Экзерсис у станка.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Полуповороты в V позиции на полупальцах 2-х ног по направлению к станку и от станка на вытянутых ногах. М.Р. 4/4 (исполняется на каждый такт).
  2. Ряд упражнений у палки исполняются с чередованием на целой стопе и на п/п, к концу года — только на полупальцах(battementfondu, battementfrappe, petitbattement).
  3. Port de bras с rond de jambe par terre на demi plie.
  4. Double battementfondu .
  5. Tombeenаместе.
  6. Battementdevelopperепасена 90 градусов.
  7. Demironddejambe на 90 градусов из всех направлений и при переходе из позы в позу.
  8. Flic-flasenfase .
  9. Battementreleveлента 90 градусов и battementdeveloppe croiseeeueffacee.
- М.Р. 4/4 (исполняется на 2 такта, ¾ /исполняется на 8 тактов ).

##### **2. Экзерсис на середине зала.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Tempsleve с перегибом корпуса.
2. II и IV arabesques носком в пол.
3. 4-е portdebras.
4. Большая поза croisee и effacee вперед и назад носком в пол.
5. Позы croisee вперед и назад на 90 градусов.
6. Элементарное adagio .
7. Подготовительные упражнения к турам.
8. Тур endehors и endedans со II позиции.
9. Tempsleve на 90 градусов.
10. Pasdebourree без перемены ног на efface.
11. Позы attitudes croisees и effacees.
12. Большая поза ecartee вперед и назад.

**3.Прыжки(allegro).**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- 1.Pasassemble. Double assembe.
- 2.Grandchangement de pieds.
- 3.Grandechapprenna II позицию.
- 4.Pas glissade.
- 5.Sissonefermee.
- 6.Sissoneouverte.
- 7.Pasechapprev II поз. на croissee и на effacee.
- 8.Tempsleve.
- 9.Pasdechat.

### **Модуль «Основы народно-сценического танца»**

**Цель:** формирование у детей способности к творческому самовыражению посредством обучения танцевальному искусству и формирование в нем эстетических идеалов на основе танцевального наследия разных народов мира.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- обучить приёмам танцевальной техники и терминологии народного танца;
- повысить профессиональное мастерство, чтобы движения приобрели выразительность и свободу;

*Воспитательные:*

- воспитать у учащихся трудоспособность, ответственность, целеустремленность в достижении конечных результатов;

*Развивающие:*

- развить и совершенствовать у детей чувство ритма, хореографическую память, музыкальность, координацию движений;
- способствовать развитию артистизма;
- развить навыки сценического поведения и исполнительства.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать*

- особенности взаимодействия с партнерами на сцене,
- элементы и основные комбинации народно-сценического танца.

*Обучающиеся должны уметь* запоминать и воспроизводить текст народно – сценических танцев.

### **Учебно-тематический план 5 года обучения модуля «Основы народно-сценического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
-------	--------------	--------	----------	-------

1.	Упражнения у станка	1	7	8
2.	Венгерский народный танец	1	8	9
3.	Узбекский народный танец	1	8	9
4.	Испанский народный танец	1	8	9
5.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	4	32	36

## Содержание.

### **1. Упражнения у станка**

*Теория:* Техника выполнения

*Практика:*

1. Приседания.
2. Батман тандю с поворотом ноги в закрытом положении в сторону.
3. Батмантандюжете
- 4.Ronddejambe:
  - ребромкаблука.
5. Батманфондю:
  - на всей стопе
  - с подниманием на полупальцы.
6. Подготовка к веревочке.
7. Развертывание ноги(battementsdeveloppes).
8. Большие броски
9. «Голубец» в сторону на 45 в прямом положении лицом к станку.
10. Револьтад на полу (без прыжка).
11. Подготовка к штопору.
12. Штопор.

### **2. Венгерский народный танец**

*Теория:* особенности народа.

*Практика:* элементы танца

1. Положения ног.
2. Положения рук.
3. «Ключ» -удар каблуками:
  - одинарный,
  - двойной.
4. Заключение (усложненный «ключ»)
  - одинарное
  - двойное.
5. Шаг в сторону с двумя переступаниями.
6. Перебор- три переступания на месте с открыванием ноги на 35 .
7. «Веревочка» на месте, с продвижением назад и в повороте.
8. Развертывание ноги вперед и в полуприседании:
  - с последующими шагами,
  - с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.
9. поворот на обеих ногах по 5 открытой позиции

### **3.Узбекский танец**

*Теория:* характеристика народов Азии.

*Практика:*

1. Положения рук.
2. Положения ног.
3. Поклон.
4. Движения кистей рук:
  - сгибание и разгибание в запястьях,
  - с поворотами в запястье внутрь и наружу,

-щелчки пальцами.

**5. Движения рук:**

-плавные переводы рук в различные положения,

-сгибания и разгибания от локтя,

-волнообразные движения от плеча.

**6. Ходы:**

-шаг вперед с последующими скользящими шагами,

-поочередные переступания (одна нога на полной стопе, другая на полу пальцах).

**7. «Гармошка».**

**8. Опускания на колени:**

-на одно,

-на оба.

**9. Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, с другой, вытянутой вперед.**

**4. Испанский сценический танец.**

*Теория:* характер и особенности танца.

*Практика:*

**1. Положения ног.**

**2. Положения рук.**

**3. Переводы рук в различные положения.**

**4. Ходы:**

-удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении.

**5. Соскоки:**

-в 1 прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание,

-в 1,4 прямую и 5 свободную позиции на полу пальцы в полуприседание.

**6. Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъемом на полупальцы в 5 открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседание, в координации с движением руки и наклоном корпуса.**

**7. Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5 свободной позиции в полуприседании со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками.**

**8. Zapateado** -поочередные выступивания полупальцами и каблуками по 1 прямой позиции.

**9. Опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса.**

**10. Движения рук (portdebras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперед.**

**Модуль «Основы современного танца»**

**Цель:** развитие художественно - творческого потенциала через искусство современной хореографии.

**Задачи**

*Обучающие:*

- обучить основам современной хореографии.

*Развивающие:*

- развить способности к творческой импровизации в области хореографии.

*Воспитательные:*

- формировать нравственные качества личности учащегося, взгляды и убеждения, воспитывать культуру движений.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать:* особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, элементы и основные комбинации современного танца;

*Обучающиеся должны уметь соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений; уметь применять хореографические знания в импровизации при создании хореографических этюдов, композиций.*

#### **Учебно-тематический 5 года обучения план модуля «Основы современного танца»**

<b>№. п/п</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего часов</b>
1.	Разогрев	0,5	4,5	5
2.	Изоляция	0,5	4,5	5
3.	Упражнения для позвоночника	1	6	7
4.	Координация.	1	5	6
5.	Кросс. Передвижение в пространстве.	1	6	7
6.	Комбинации на основе изученных движений.	-	5	5
7.	Итоговое занятие.		1	1
<b>Итого</b>		4	32	36

#### **Содержание.**

##### **1.Разогрев**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- на середине;
- в партер;
- у станка.

##### **2.Изоляция**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- голова;
- плечи;
- руки;
- пельвис;
- ноги ( положения prance, point, flex; plie; battement tendu; battement tendujete; grand battement jete).

##### **3.Упражнения для позвоночника**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- наклоны торса;
- rolldown;
- rollup.

##### **4.Координация.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- 1.Координация двух центров в параллельном движении.
- 2.Оппозиционное движение (один центр вперед, другой – назад).
- 3.Перевод рук из позиции в позицию с одновременным движением какого-либо центра.

##### **5.Кросс. Передвижение в пространстве**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика.*

Шаги:

- latin walk;
- flat step;
- step ball change.

Прыжки:

- jump;
- hop;
- с двух ног на одну ( leap).

## **6. Комбинации на основе изученных движений.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

Разучивание небольшой комбинации на 32 такта.

## Учебный план 6 года обучения.

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Основы классического танца	4	32	36
2.	Основы народно- сценического танца	4	32	36
3.	Основы современного танца	4	32	36
	<b>Итого</b>	12	96	108

### Модуль «Основы классического танца».

**Цель:** освоение более сложных танцевальных элементов.

**Задачи**

*Обучающие*

- обучить методике выполнения движений;
- ознакомить с терминологией вновь изучаемых движений.

*Развивающие*

- развить пластичность и выразительность рук, корпуса, выразительность поз;
- развить устойчивость (апломб) в различных поворотах, в упражнениях на пальцах и полу пальцах.

*Воспитательные*

- воспитать целеустремлённость, выносливость, саморегуляцию.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* средства создания образа в хореографии, знать термины изученных движений.

*Обучающиеся должны уметь* грамотно пользоваться методикой при выполнении движений;осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения.

*Обучающиеся должны приобрести навык* сохранения и поддержки собственной физической формы.

### **Учебно-тематический план 6 года обучения модуля «Основы классического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка	1	10	11
2.	Экзерсис на середине зала	1	11	12
3.	Прыжки(allegro)	2	10	12
4.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	4	32	36

### Содержание.

**1. Экзерсис у станка**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Demi plie и grand plie сrukойendehors, en dedans.
2. Battement tendu pour batterie (какподготовкакзаноскам).
3. Battement tendujetevсочетаниис pour le pied, pique, balансoігеначетвертьиз-затакта.
4. Flic-flac.
5. Pastombee с продвижением и фиксацией ноги носком в пол;  
- фиксация ноги на 45°.
6. Ronddejambeen 1 airendehors, endedans в первоначальной раскладке;  
- и в конечной раскладке.
7. Battementsoutenu на 45° во всех направлениях.
8. Battementfrappe с окончанием в demi plie носком в пол и поворотом в малые позы.

9. Demi rond на 90° en dehors et en dedans.
10. Battement developpe в сочетании с plie releve.
11. Petit battement с акцентом sur le cou de pied сзади и условное спереди.
12. Grand battement jete с passe par

terre через I позицию и с фиксацией ноги носком в пол.

13. Pas de bourree simple en tournant.
14. Preparation и pirouett en dehors, en dedans из V позиции.

## **2. Экзерсис на середине зала**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Battementfondu с plie-releve на всей стоне с фиксацией ноги на 45° - с demi rond на 45° en dehors, en dedans.
2. Battementdoublefrappe с окончанием в demiplie и фиксацией ноги носком.
3. Battementdeveloppe в больших позах в сочетании с arabesque.
4. Preparation к pirouette с IV позиции.
5. Tourschaines.

## **3. Allegro**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Pas echappe battu.
2. Double assemble.
3. Pasassemble с продвижением в сочетании с pasglissade.
4. Sisson fermee вперед в I arabesque.
5. Заноски entrechat, catreroyle.

## **Модуль «Основы народно-сценического танца»**

**Цель:** сохранение традиций танцев разных народов и совершенствование исполнительской культуры.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- изучить танцевальные элементы народного танца;
- научить передавать характер и сценическую манеру исполнения народного танца;

*Развивающие:*

- развить физические качества, концентрацию памяти, внимания, координацию движений.

- развитьточность в исполнении движений.

*Воспитательные:*

- воспитать сознательное отношение к своему здоровью;
- воспитать целеустремленность к профессиональной деятельности.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* национальные особенности и манеру исполнения румынского, мексиканского и башкирского танцев; терминологию народного танца.

*Обучающиеся должны уметь* пользоваться терминологией народного танца; эмоционально и выразительно исполнять элементы народно - сценических танцев.

## **Учебно-тематический план 6 года обучения модуля «Основы народно-сценического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего часов
1.	Упражнения у станка	1	8	9
2.	Румынский народный танец	1	8	9
3.	Мексиканский народный танец	1	8	9

4.	Башкирский народный танец	1	7	8
5.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	4	32	36

## Содержание.

### **1. Упражнения у станка**

*Теория:* Техника выполнения

*Практика:*

1. Полуприседания, полные приседания, плавные и резкие по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой открытым и прямым позициям

2. Скользжение стопой по полу (battementstendus):

- с одним притопом по 5-ой позиции;
- с двумя притопами;
- с demi- plie на опорной ноге.

3. Battementstendusjetes:

- с одним ударом по 5-ой позиции;
- с двумя ударами по 5-ой позиции;
- с balancoirs.

4. Круговое скольжение по полу (rondejambe par terre):

- носком;
- носком по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой вперед или назад (обводка);

- ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в перед или назад (обводка).

5. Battementsdeveloppes на 90 градусов в полуприседании на опорной ноге вперед в сторону назад (плавное и резкое)

6. «Чечетка» (flic-flac) в открытом положении вперед , в сторону , назад по пятой позиции

7. «Чечетка» (flic-flac) с подскоком на опорной ноге

8. Grands battements

9. Подготовка к «штопору» по 1-ой прямой позиции на полупальцах у станка

10. «Штопор»

### **2. Румынский народный танец**

*Теория:* характер и особенности танца.

*Практика:*

1. Основные положения корпуса, ног и головы

2. Основные положения рук в женском, мужском и парно- массовом танце

3. Ходы и движения:

- основной ход – легкий бег с акцентированным подъемом колена вперед;
- легкий бег с выбивание ноги вперед;
- переступание с носка на каблук с акцентированным соскоком на одну ногу;
- подскок с переступанием ноги вперед накрест;
- соскоки из 1-ой прямой во 2 - юю позицию с поочередным выбрасыванием ног в сторону;

- удары всей стопой перед собой с переступанием на полу пальцах;

- синкопированные переступания по 5 - ой открытой позиции;

- повороты и вращения в паре;

- синкопированные хлопки в ладоши (мужское).

### **3. Мексиканский народный танец**

*Теория:* особенности и манера исполнения

*Практика:*

1. Основные положения корпуса, ног и головы
2. Основные положения рук (женское, мужское)
3. Ходы и движения танца:
  - основной одинарный дробный ход;
  - двойной дробный ход;
  - комбинированный;
  - акцентированные переступания по 5-ой открытой позиции типа pasdebourree;
  - мелкие одинарные переступания по 5-ой открытой позиции с продвижением в сторону;
  - «веревочка» простая, сложная;
  - повороты;
  - прыжок на опорную ногу, работающая нога выполняет «веер» с разворотом корпуса;
  - сосок вперед по 1-ой прямой позиции и отскок назад дробными выступиваниями.

4. Работа девушек с юбкой.

5. Работа юношей со шляпой (самбреро).

#### **4. Медленный женский башкирский танец**

*Теория:* характери манера исполнения

*Практика:*

1. Основные положения корпуса, ног и головы

2. Положение рук в сольном женском танце

3. Основные ходы и движения:

- мелкие шажки на полупальцах;
- танцевальный шаг вперед с притопом на третьем шаге;
- приставной шаг в сторону с ребра каблука;
- «трилистник»;
- плетеная дорожка;
- шаг вперед с уколом носка работающей ноги.

### **Модуль «Основы современного танца»**

**Цель:** создание условий для развития личности, способной к творческой деятельности в области современной хореографии.

**Задачи**

*Обучающие:*

- научить исполнять комбинации с более сложным ритмическим рисунком;
- обучить точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств.

*Развивающие:*

- развить пластику и координацию;
- развить умение коллективной и творческой деятельности.

*Воспитательные:*

- воспитать трудолюбие и стремление к преодолению препятствий;

#### **Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны уметь* точно передавать характер создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств, улучшить координацию движений и свободно владеть своим телом, освоить партерный экзерсис, улучшить хореографические данные, выучить ряд танцевальных композиций.

*Обучающиеся должны знать* правила исполнения движений.

### **Учебно-тематический план 6 года обучения модуля «Основы современного танца»**

<b>№. п/п</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего часов</b>
1.	Разогрев	0,5	4,5	5
2.	Изоляция	1	4	5
3.	Упражнения для позвоночника	1	5	6
4.	Координация.	0,5	5,5	6
5.	Кросс. Передвижение в пространстве.	0,5	5,5	6
6.	Комбинации на основе изученных движений. Импровизация.	0,5	6,5	7
7.	Итоговое занятие.		1	1
	<b>Итого</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	<b>36</b>

### **Содержание.**

#### **1.Разогрев**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- на середине;
- в партер;
- у станка.

#### **2.Изоляция**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- грудная клетка (highrelease, «восьмерка»);
- пельвис (thrust;hiplift; «восьмерка»);
- ноги (kick, bruch, rond de jambe par terre, adagio).

#### **3.Упражнения для позвоночника**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- соединение всех возможных движений торса;
- low back;
- deep body bend.

#### **4.Координация.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- голова-крест, в оппозицию движение пельвиса;
- наклоны головы вперед-назад, одновременно battementtendu;
- shugarleg в координации с шейком кистей;
- боковой шаг с выносом ноги на каблук в сочетании с работой рук.

#### **5.Кросс. Передвижение в пространстве**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика.*

##### **1.Партер:**

- перекаты;
- кувырки.

##### **2.Шаги:**

- kickballchange;
- соединение с прыжками.

##### **3.Прыжки:**

- сочетание различных по характеру прыжков.

##### **4.Вращения:**

- на одной ноге.

**6. Комбинации на основе изученных движений.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

Разучивание небольшой комбинации на 64 такта.

## Учебный план 7 года обучения.

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Основы классического танца	4	32	36
2.	Основы народно- сценического танца	4	32	36
3.	Основы современного танца	4	32	36
	<b>Итого</b>	12	96	108

### Модуль «Основы классического танца».

**Цель:** совершенствование исполнительской техники.

**Задачи**

*Обучающие*

- освоить технику пируэтов и других более сложных танцевальных элементов;
- овладеть осознанным и правильным выполнением движений;
- обучить правилам выполнения того или иного движения, ритмической раскладки.

*Развивающие*

- развить координацию при исполнении больших поз и турнов;
- развить артистичность, манерность, чувство позы;
- развить самоконтроль над мышечным напряжением, координацией движений.

*Воспитательные*

- воспитать дисциплинированность, уверенность в своих силах.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать терминологию движений и основных поз; ритмические раскладки основных движений.*

*Обучающиеся должны уметь грамотно, выразительно и свободно исполнять освоенный программный материал; соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений.*

*Обучающиеся приобрести навык музыкально-пластического интонирования; публичных выступлений.*

### Учебно-тематический план 7 года обучения модуля «Основы классического танца»

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Экзерсис у станка	1	10	11
2.	Экзерсис на середине зала	1	11	12
3.	Прыжки(allegro)	2	10	12
4.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	4	32	36

**Содержание.**

**1. Экзерсис у станка**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Demi plie и grandplie в сочетании с portdebras (движения рук, перегибы корпуса) и degagee по II и IV позициям.

2. Flic-flac на 1/2 поворота en dehors et en dedans.

3. Battement fondu на полупальцах во всех направлениях.

4. Double battement fondu.

5. Temps relevé (preparation к rond de jambe en 1 air) en dehors et en dedans.

6. Положение attitude вперед и назад, как составная часть adagio.

7. Grand rond на 90° en dehors,

- en dedans.

8. Battement frappe и battement double frappe с выходом на полупальцы.

9. Petit battement sur le cou de pied на полупальцах.
10. Grand battement jete developpe (мягкий battement).
11. Pasdebourreballotte.

## **2. Экзерсис на середине зала**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

1. Battement tendu en tournent на 1/4 поворота.
  2. Battement tendu jete в сочетании с flic-flac.
  3. Rond de jambe par terre en tournent на 1/4 поворота en dehors et en dedans.
  4. Battement fondu на 45° в сочетании с demi rondendehorseten dedans на полупальцах.
  5. Battement doublefrappe с окончанием в demi plie и с подворотом в малые позы на полупальцах.
  6. Battement developpe в сочетании с attitudes, arabesques, с окончанием в demi - plie и больших позах.
  7. Четвертая форма portdebras.
  8. Pirouette из V позиции с окончанием в IV позицию.
  9. Preparation к glissade en tournent и вращение glissade en tournent по диагонали.
  10. Preparation к tour en dedans.
- ## **3. Allegro**
- Теория:* правила исполнения движений.
- Практика:*
1. Temps levesauteno V позиции с продвижением по диагонали приемом soubresenant.
  2. Sissonouverte на 45° во всех направлениях.
  3. Pas de chat.
  4. Tour en l' air no I позиции.
  5. Sisson simple en tournant на 1/2 поворота в сочетании с шагом coupeassemble.
  6. Grandpasjete с продвижением вперед по диагонали.
  7. Сценический sisson в 1-й arabesque.

## **Модуль «Основы народно-сценического танца»**

**Цель:** развитие и совершенствование танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей обучающихся.

**Задачи:**

*Обучающие:*

-освоить более сложные элементы народного танца у станка и танцевальные элементы на середине зала;

- сформировать культуру поведения на сцене;

*Развивающие:*

- развить эмоциональность и артистичность при исполнении танцевальных движений;

- разить технику исполнительского мастерства, физическую выносливость;

- развить умение танцевать в группе.

*Воспитательные:*

- воспитать трудолюбие, дисциплинированность, самостоятельность, навыки общения в коллективе;

- формировать волевые качества.

## **Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* национальные особенности и манеру исполнения русского, польского и болгарского танцев; термины и правила исполнения проученных движений.

*Обучающиеся должны уметь справляться с более сложными танцевальными комбинациями; точно и четко исполнять движения; передавать национальный характер танца; учитывая степень повышенной сложности изучаемого материала, правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций.*

*Обучающиеся приобретут навык осознанного освоения элементов народного танца.*

### **Учебно-тематический план 7 года обучения модуля «Основы народно-сценического танца»**

№ п/п	Название тем	Теория	Практика	Всего
1.	Упражнения у станка	1	8	9
2.	Русский народный танец	1	7	8
3.	Польский народный танец	1	8	9
4.	Болгарский народный танец	1	8	9
5.	Итоговое занятие		1	1
<b>Итого</b>		4	32	36

#### **Содержание.**

##### **1. Упражнения у станка**

*Теория:* Техника выполнения

*Практика:*

1. Demi plie в характере испанского танца.
2. Battement tendu в характере русского танца.
3. Battement tendu jete в характере русского танца (Урал).
4. Rond de jambe par terre в характере литовского танца.
5. Battement fondu в характере болгарского танца.
6. Веревочка в характере венгерского танца.
7. Flic-flac в характере цыганского танца.
8. Выступивание в характере испанского, русского, татарского танца.
9. Pas tortille одинарное.
10. Pas tortille с ударом стопы.
11. Battement devolope в характере цыганского, русского танца.
12. Grand battement jete в характере венгерского танца.
13. Releve.
14. Подготовка к «штопору».
15. «Штопор».
16. Перегибы корпуса.
17. Разножки.
18. Растворка.

##### **2. Русский народный танец**

*Теория:* Техника выполнения

*Практика:*

1. Перекат – боковой ход с каблука на все стопу и полу пальцы
2. Переборы по 5-ой позиции
3. «Ключ» хлопушечный
4. «Маятник»
5. «Веревочка»
  - простая и двойная с переборами;
  - простая и двойная с «ковырялочкой»;
  - простая и двойная с перескоком на одну ногу с фиксацией ноги на cou-de-pied впереди;
    - простая и двойная в повороте на 360 градусов.
7. «Ножницы»

##### **3. Польский народный танец «Краковяк»**

*Теория:* характери манера исполнения

*Практика:*

1. Основные положения корпуса, ног и головы
2. Основные положения рук в паре

3. Ходы и движения танца:

- «цвал» ( стремительный ход типа галопа);
- голубцы с притопом;
- «кшэсаны»;
- перескок девушки перед юношей от одного плеча к другому, который заканчивается тремя притопами;
- опускание юноши в колено;
- повороты на каблуках (женские);
- парное вращение с голубцом.

#### **4. Болгарский народный танец «Шопско-Хоро»**

*Теория:* особенности и манера исполнения

*Практика:*

1. Основные положения корпуса, ног и головы

2. Основные положения рук в массовом танце

3. Ходы и движения танца:

- ход на сококе с последующим переступанием на полу пальцах одной ноги и выносом другой согнутой в колене назад;
- ход вперед с подтягиванием работающей ноги к опорной;
- переступание крестом и подскоки;
- подскоки и ножницы;
- подскок на одной ноге и удар всей стопой другой ноги в 4-ую прямую позицию с наклоном корпуса к этой ноге;
- перескок на одну ногу и удар пяткой другой ноги о пол;
- сококи по 6-ой позиции вперед назад;
- круговое движение ногой по полу.

### **Модуль «Основы современного танца»**

**Цель:** приобщение обучающихся к новым формам танцевального искусства.

**Задачи**

*Обучающие:*

- обучить навыкам контактной импровизации;
- обучить эмоционально воспринимать и оценивать танец.

*Развивающие:*

- развить танцевально-исполнительские способности учащихся;
- развить фантазию, актерское мастерство.

*Воспитательные:*

- воспитать устойчивый интерес к занятиям по современному танцу;
- воспитать усердие и умение добиваться конечного результата.

**Предметные ожидаемые результаты**

*Обучающиеся должны знать* правила исполнения движений.

*Обучающиеся должны уметь:*

- видоизменять и преобразовывать уже имеющиеся образы,
- создавать новые образы отличные от исходных, проявлять стойкий интерес к занятиям современной хореографией.

### **Учебно-тематический план 7 года обучения модуля «Основы современного танца»**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего часов</b>
1.	Разогрев	0,5	4,5	5

2.	Изоляция	1	5	6
3.	Упражнения для позвоночника	1	5	6
4.	Координация.	0,5	4,5	5
5.	Кросс. Передвижение в пространстве.	0,5	5,5	6
6.	Комбинации на основе изученных движений. Импровизация.	0,5	6,5	7
7.	Итоговое занятие		1	1
	<b>Итого</b>	4	32	36

### Содержание.

#### **1.Разогрев**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- на середине;
- в партер;
- у станка.

#### **2.Изоляция**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

-соединение нескольких центроввсложные геометрические комбинации с более сложными ритмическими структурами.

#### **3.Упражнения для позвоночника**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- layout;
- tilt;
- shimmi соединение с падениями, подъёмами, соединение с поворотами.

#### **4.Координация.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:* координация.

#### **5.Кросс. Передвижение в пространстве**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

- 1.Партер:
- подъёмы падения;
- переходы из уровня в уровень;
- кувырки;
- падения в сочетании с перекатами.

Шаги:

- координация 3-х, 4-х и более центров;
- соединение с прыжками, вращениями.
- square.

Прыжки.

Вращения:

- вокруг воображаемой оси.

#### **6. Комбинации на основе изученных движений.**

*Теория:* правила исполнения движений.

*Практика:*

Разучивание небольшой комбинации на 64 такта.

Импровизация.

## **ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.**

**Цель:** развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных и духовно-нравственных ценностей, формирование у обучающихся взаимного уважения и бережного отношения к культурному наследию и традициям народов Российской Федерации.

**Задачи:**

- способствовать формированию первичных ценностных представлений о себе, о других, о российской культурной принадлежности;
- формировать представление об отечественной и мировой художественной культуре во всём многообразии её видов;
- воспитать уважение и любовь к культурному наследию России;
- формировать у обучающихся готовности к взаимовыручке и сотрудничеству, способствовать развитию мотивации к трудовой деятельности;
- способствовать приобретению опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений.

**Целевые ориентиры воспитания детей по программе направлены на формирование:**

- восприимчивости к разным видам искусства;
- интереса к истории искусства, достижениям и биографиям мастеров;
- опыта творческого самовыражения в искусстве, участия в концертах;
- стремления к сотрудничеству, уважения к старшим;
- ответственности, воли и дисциплинированности в творческой деятельности;
- опыта художественного творчества как социально значимой деятельности.

**Направления воспитательной деятельности на учебный год:**

- духовно – нравственное воспитание детей к культурному наследию;
- приобщение детей к культурному наследию Приобщение детей к культурному наследию;
- сплочение детского коллектива.

**Формы и методы воспитания**

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является *учебное занятие*. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программы обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

*Практические занятия* способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

Ключевыми формами воспитания обучающихся являются игры. В *коллективных играх* проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

*Итоговые мероприятия* (концерты, конкурсы, выступления) - способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу детей.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются следующие *методы воспитания*: метод положительного примера, метод убеждения (беседа, разъяснение, рассказ), метод одобрения и поощрения, методы самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей, а так же эффективные технологии воспитания:

личностно – ориентированные обучение и воспитания, обучение и воспитание в сотрудничестве, игровые технологии.

Воспитательный процесс осуществляется на занятиях, на учрежденческих и внеаудиторных мероприятиях (концерты, конкурсы, экскурсии, походы и т.д.).

### *Календарный план воспитательной работы на учебный год.*

№п/п	Название мероприятия с указанием формы проведения	Срок проведения	Уровень мероприятия
<i>Духовно – нравственное воспитание детей к культурному наследию</i>			
1	Тематический вечер «Танцем единые - сердцем родные»	Ноябрь 2025	в детском объединении
2	Семейное мероприятие «Сердца, полные чести»	Февраль 2026	в детском объединении
3	Посещение музея «Огненная дуга»	Апрель 2026	внеаудиторные
4	Акция «Георгиевская ленточка»	Май 2026	внеаудиторное
<i>Приобщение детей к культурному наследию</i>			
5	Посещение Самарского академического театра оперы и балета	Январь 2026	внеаудиторное
6	Семейная квест-игра «Балетный следопыт»	Март 2026	в детском объединении
7	Концерт Государственного ансамбля песни и танца «Волга»	02.04.2026	внеаудиторное
8	Характер и особенности танцев народов России и мира (3-7 года обучения)	В течение года	на занятиях
<i>Сложение детского коллектива</i>			
9	Ролевая игра «Добро пожаловать в команду»	Сентябрь 2025	в детском объединении
10	Игровой квест «снежный лабиринт»	Декабрь 2025	в детском объединении
11	Поход выходного дня с родителями в лес	май 2026	внеаудиторное

#### *Ожидаемые результаты.*

У обучающихся:

- будут сформированы представления о российской культурной принадлежности;
- будут сформированы представления об отечественной и мировой художественной культуре;
- будет сформировано положительное отношение к культурному наследию России;
- в значительной степени будет сформирована готовность к взаимовыручке, сотрудничеству, развита мотивация к трудовой деятельности.

Обучающиеся:

- научатся работать в группе, учитывать мнение других участников диалога, формулировать собственное мнение и позицию.

#### **Критерии воспитанности и показатели воспитания**

Основными критериями эффективности воспитательной деятельности является личностный рост каждого ребёнка, позитивная система его отношений к миру, строящаяся на основе его положительной самооценки.

№	Критерии	Показатели	Инструментарий
1	Личностный рост	отношение к семье,	Диагностика

	обучающихся	Отечеству, труду, культуре, знаниям, к другому человеку, к своему телесному я	личностного роста
2	Воспитанность обучающихся	культурный уровень, доброта, отзывчивость, чувство товарищества, ответственность, дисциплинированность, честность	Диагностика уровня воспитанности
3	Сплочённость детского коллектива	удовлетворённость своим коллективом	Методика изучения уровня развития детского коллектива

### **Анализ результатов воспитания.**

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Оценка результатов воспитания проводится в конце каждого учебного года посредством исследования уровня личностного развития и воспитанности обучающихся.

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

## Обеспечение программы

*Основные принципы, положенные в основу программы:*

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребёнка, создание благоприятных условий для их развития;

- принцип демократичности, предполагающий сотрудничество педагога и обучающегося;

- принцип системности и последовательности – знание в программе даются в определённой системе, накапливая запас знаний, дети могут применять их на практике.

*На занятиях следующие методы обучения:*

- словесный (рассказ, беседа) – способствуют обогащению теоретических знаний обучающихся;

- наглядный (образный показ педагога; подражание образам окружающей среды);

- наглядно-зрительный (показ игр, плясок или отдельных элементов движений);

- импровизационный (постепенно подводить детей к импровизации, к свободному непринуждённому движению);

- репродуктивный (педагог составляет задания для учащихся на воспроизведение ими знаний, способов деятельности, решение задач, таким образом, ученик сам активно воспроизводит учебный материал);

- игровой (учитывая психологию детей дошкольного и младшего школьного возраста, многие занятия выстраиваю в форме танцевальных и музыкальных игр).

Одним из ведущих приёмов обучения танцам детей является демонстрация педагогом манеры исполнения.

*Занятие состоит из следующих структурных компонентов:*

1. Организационный момент;

2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;

3. Постановка цели занятия перед учащимися;

4. Изложение нового материала;

5. Практическая работа;

6. Обобщение материала.

## **Методическое обеспечение программы.**

*Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса.*

<i>Ознакомительный уровень</i>	<i>Базовый уровень</i>	<i>Углубленный уровень</i>
одновременная работа со всей группой	репродуктивный метод: воспроизведение и повторение способа деятельности по заданиям педагога;	частично-поисковые, эвристические методы
метод показа и демонстрации	метод развития самостоятельности (частичнопоисковый)	метод развития творческого сознания
словесные методы (объяснительно-иллюстративный)	метод проектов	исследовательский метод
метод игровой ситуации		метод проектов
		метод наставничества

		метод работы по индивидуальному образовательному маршруту
--	--	-----------------------------------------------------------

### **Учебно-методический комплекс**

#### **1. Учебные пособия:**

- нотная литература;
- флеш - накопители, DVD, CD, MP3-диски с музыкальным материалом;
- видео материал.

#### **2. Дидактический материал**

##### Наглядные пособия

- видеозаписи;
- видеофильмы.

#### **3. Применение ИКТ:**

Работа с ЭОР (использование мультимедийных материалов, презентаций, фрагментов фильмов, работа с электронными источниками: сайты, словари, энциклопедии).

### **Методические материалы.**

Ссылка на методические материалы <https://disk.yandex.ru/d/XXeNUMjRnaWy-Q>

### **Материально-техническое оснащение программы**

1. Хореографический класс с зеркалами и станками.
2. Аппаратура для оформления занятий (магнитофон, музыкальный центр).
3. Музыкальный материал.
4. Гимнастические коврики.
5. Мячи, скакалки.
6. Танцевальная форма и обувь.
7. Ноутбук с выходом в интернет.

### Список используемой литературы

1. Авторская разработка Илзе Лиепа «Балетная гимнастика» - Москва 2019г.
2. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2000 г.
3. Боттомер Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. – М.: Эксмо, 2003г.
4. Бочаров А.И., Лопухов А.В., Ширлев А.В. Основы характерного танца.
5. Гиршон А.С. Импровизация и хореография, статья в альманахе «Танцевальная импровизация» М, 1999 г.
6. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка»- Владос, 2005.
7. Даниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
8. Дубровская, Е.А. Ступеньки музыкального развития - М: Просвещение, 2006г.- 48с.
9. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. – Л., 2000.
10. Матвеев В. Ф. Теория и методика преподавания русского народного танца: Учебное пособие. СПб.: Изд-во СПбГУП, 1999. - 272 с. Санкт-Петербург СПбГУП, 1999.
11. Мирный В.И. Композиция и постановка танца: Курс лекций. Самара: Изд-во СГАКИ, 2001 Самара СГАКИ, 2001
12. Мирный В.И. Хореографическая композиция: Учебное пособие. Самара: Издво СГАКИ, 2003. - 81 с. Самара СГАКИ, 2003
13. Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М. А. Михайлова, Е. В. Воронина. – Ярославль, 2000г.
14. Никитин В.Ю., Кузнецов Е.А. Партерный тренаж – М: Век информации, 2018.
15. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998. – 150 с.
16. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2001. – 154 с.
17. Подласый И. П. «Педагогика: В 2 кн.», «Владос», 2003 г.
18. Преподавание хореографических дисциплин. Классический танец непрофессиональных коллективов. – Екатеринбург.
19. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе - Т: ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001г.-120с.
20. Рean A. A. и др. «Психология и педагогика», «Питер», 2004 г.
21. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца: Учебное пособие. (Хореографическая педагогика. Выпуск 1) СПб.: ИГУП, 1996. - 132 с. Санкт-Петербург ИГУП, 1996
22. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004г.

### **Интернет ресурсы**

- <https://dancehelp.ru/> -хореографу в помощь,
- <https://www.youtube.com/c/bartkaytis/videos> - творческая мастерская Елены Барткайтис,
- [https://vk.com/school\\_dance\\_online](https://vk.com/school_dance_online) - онлайн школа современного танца,
- <https://www.mariinsky.ru/> - сайт Мариинского театра.
- <https://www.horeograf.com/?ysclid=lozjxb6r4o419957159>– мастер-классы по хореографии.
- [http://www.compozitor.spb.ru/catalog/?ELEMENT\\_ID=22793](http://www.compozitor.spb.ru/catalog/?ELEMENT_ID=22793) сборник по хореографии.
- <https://choreoresour.ru/raznoe.html> - методический отдел педагога – хореографа.
- <https://need4dance.ru/?cat=5> –энциклопедия по хореографии.
- <https://dancehelp.ru/lp/> - мастер-классы по хореографии
- <https://academiait.ru/course-category/health-and-sport/dance/> - мастер-классы по хореографии.

## **Приложение 1**

### **Диагностический инструментарий.**

- Методика определения результатов образовательной деятельности детей (Буйлова Л.Н., Клёнова Н.В.) <https://disk.yandex.ru/i/MUs3WKkj1K33Mw>
- Методика «Склонность к творчеству»<https://disk.yandex.ru/d/5CIRE4VMXNfyfg>
- Изучение уровня воспитанности учащихся (*из методики диагностических программ, разработанных Н.П. Капустиным, М.И. Шиловой*)<https://disk.yandex.ru/i/DJhVrmu2UOSVzQ>
- Методика изучения уровня развития детского коллектива«Какой у нас коллектив?»(*Составлена А.Н.Лутошкиным*)<https://disk.yandex.ru/i/AAn7zequNyII8g>
- Диагностика личностного роста обучающегося (*на основе методики Степанова П.В.*)<https://disk.yandex.ru/i;brOF9m5A1mwrig>

**Календарный учебный график**  
**1 год обучения.**

№ п/п	Датапроведения занятия	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формазанятия	Местопроведения	Формаконтроля
1.			1	Положение ног, корпуса, рук, головы	Вводное занятие	Актовый зал	Беседа/опрос
2.			1	Основные построения и перестроения групп	Теория Практикум	Актовый зал	Викторина
3.			1	Подготовительные упражнения	Теория Практикум	Актовый зал	Опрос Контроль исполнения
4.			1	Упражнения на совершенствование осанки и походки	Занятие-игра	Актовый зал	наблюдение Работа над ошибками
5.			1	Коллективно-порядковые упражнения и игры	Занятие-игра	Актовый зал	наблюдение
6.			1	Упражнения для ориентировки в пространстве	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
7.			1	Трехфазное дыхание	Комбинированное занятие	Актовый зал	Беседа/опрос
8.			1	Освоение трехфазного дыхания	Учебное занятие	Актовый зал	Контроль исполнения
9.			1	Освоение трехфазного дыхания	Практикум	Актовый зал	наблюдение Работа над ошибками
10.			1	Освоение трехфазного дыхания	Практикум	Актовый зал	наблюдение Работа над ошибками
11.			1	Освоение трехфазного дыхания	Урок-игра	Актовый зал	Творческие задания
12.			1	Движения в сочетании с изменениями силы, размера и темпа	Теория Изучение нового материала	Актовый зал	Беседа Контроль за исполнением
13.			1	Упражнения на развитие подвижности рук	Учебное занятие	Актовый зал	наблюдение Работа над ошибками
14.			1	Упражнения на развитие подвижности рук	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение Работа над ошибками
15.			1	Упражнения на развитие основных жестов и поз	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение Контроль за исполнением
16.			1	Этюды на пластическую и смысловую	Практическое занятие	Актовый зал	Практический показ

				выразительность рук			
17.			1	Этюды на пластическую и смысловую выразительность рук	Занятие-игра	Актовый зал	Анализ творческой активности
18.			1	Прослушивание музыки и определение ее характера	Комбинированное занятие	Актовый зал	Викторина
19.			1	Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков	Теория Учебное занятие	Актовый зал	Контроль за исполнением
20.			1	Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков	Практикум	Актовый зал	наблюдение Работа над ошибками
21.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	наблюдение
22.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	Творческие задания
23.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	Практический показ
24.			1	Определение различных музыкальных темпов	Видео презентация	Актовый зал	Викторина
25.			1	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение Опрос
26.			1	Средства музыкальной выразительности и отражение их в движении	Практическое занятие	Актовый зал	наблюдение
27.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	наблюдение
28.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	Творческие задания
29.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	Практический показ
30.			1	Взаимосвязь ритма и мелодии	Комбинированное занятие	Актовый зал	Беседа/опрос
31.			1	Ритмические упражнения	Учебное занятие	Актовый зал	Контроль за исполнением
32.			1	Ритмические упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
33.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	наблюдение
34.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	Творческие задания
35.			1	Музыкальные игры	Занятие-игра	Актовый зал	Практический показ
36.			1	Ритмика	Итоговое занятие	Актовый зал	Тестирование

37.			1	Упражнения для правильной постановки ног	Вводное занятие	Актовый зал	викторина
38.			1	Упражнения для правильной постановки ног	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
39.			1	Упражнения для правильной постановки ног	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение Практический показ
40.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
41.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
42.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
43.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение Практический показ
44.			1	Упражнения на развитие мышц живота	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
45.			1	Упражнения на развитие мышц живота	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
46.			1	Упражнения на развитие мышц живота	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
47.			1	Упражнения на развитие мышц живота	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
48.			1	Упражнения на развитие мышц спины	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
49.			1	Упражнения на развитие мышц спины	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
50.			1	Упражнения на развитие мышц спины	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
51.			1	Упражнения на развитие мышц спины	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
52.			1	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
53.			1	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками

				суставов и укрепления мышц рук			
54.			1	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
55.			1	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов и укрепления мышц рук	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
56.			1	Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
57.			1	Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
58.			1	Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
59.			1	Упражнения для развития подвижности суставов и укрепления мышц ног	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
60.			1	Маховые упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
61.			1	Маховые упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
62.			1	Маховые упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
63.			1	Маховые упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
64.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
65.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
66.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
67.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
68.			1	Акробатические упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
69.			1	Акробатические упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками

					занятие		
70.			1	Акробатические упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
71.			1	Акробатические упражнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
72.			1	Партерная гимнастика	Итоговое занятие	Актовый зал	тестирование
73.			1	Постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине); понятие «противоход»	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
74.			1	Постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине); понятие «противоход»	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
75.			1	Позиции ног: 5 свободных; 5 прямых; 2 закрытых	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
76.			1	Позиции ног: 5 свободных; 5 прямых; 2 закрытых	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
77.			1	Позиции и положения рук	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
78.			1	Позиции и положения рук	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
79.			1	Plie по I, II позициям, а также по I прямой позиции	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
80.			1	Plie по I, II позициям, а также по I прямой позиции	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
81.			1	Battemenstendu из I позиции «носок-каблук»	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
82.			1	Battemenstendu из I позиции «носок-каблук»	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
83.			1	Подготовка к «веревочке»	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
84.			1	Подготовка к «веревочке»	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
85.			1	Перегибы корпуса	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
86.			1	Перегибы корпуса	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
87.			1	Открывание и закрывание рук из подготовительного	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение

				положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позиции); два положения кисти на талии: ладонь; кулакок. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie. «Ковырялочка» из III свободной позиции: в сторону; назад (с поворотом на 180 градусов)			
88.			1	Открывание и закрывание рук из подготовительного положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позиции); два положения кисти на талии: ладонь; кулакок. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie. «Ковырялочка» из III свободной позиции: в сторону; назад (с поворотом на 180 градусов)	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
89.			1	Открывание и закрывание рук из подготовительного положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позиции); два положения кисти на талии: ладонь; кулакок. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie. «Ковырялочка» из III свободной позиции: в сторону; назад (с поворотом на 180 градусов)	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
90.			1	«Припадение» в сторону из III свободной позиции. Подскоки. Русский бег.	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
91.			1	«Припадение» в сторону из III свободной позиции. Подскоки. Русский бег.	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
92.			1	«Припадение» в сторону из III свободной позиции. Подскоки. Русский бег.	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ

93.			1	«Перескоки». «Молоточки». Простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад.	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
94.			1	«Перескоки». «Молоточки». Простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад.	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
95.			1	«Перескоки». «Молоточки». Простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад.	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
96.			1	Переменный ход в продвижении вперед и назад. Поясной русский поклон. Притопы: одинарные.	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
97.			1	Переменный ход в продвижении вперед и назад. Поясной русский поклон. Притопы: одинарные.	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
98.			1	Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	викторина
99.			1	Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения	Комбинированное занятие	Актовый зал	Беседа/опрос
100			1	Основные положения рук. Позиции ног. Основные положения в паре.	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
101			1	Основные положения рук. Позиции ног. Основные положения в паре.	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
102			1	Основной ход танца «Бульба»; основной ход танца «Крыжачок»	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
103			1	Основной ход танца «Бульба»; основной ход танца «Крыжачок»	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками
104			1	Основной ход танца «Бульба»; основной ход танца «Крыжачок»	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
105			1	Притопы; «перескоки»	Комбинированное занятие	Актовый зал	наблюдение
106			1	Притопы; «перескоки»	Комбинированное занятие	Актовый зал	Работа над ошибками

107			1	Притопы; «перескоки»	Комбинированное занятие	Актовый зал	Практический показ
108			1	Основы народно – сценического танца	Итоговое занятие	Актовый зал	тестирование

## 2 год обучения.

№ п/п	Датапроведения занятия	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формазания	Местопроведения	Формаконтроля
1.			1	Развитие музыкально – ритмической памяти	Вводное	Актовый зал	Беседа/опрос
2.			1	Развитие музыкально – ритмической памяти	Занятие-игра	Актовый зал	наблюдение
3.			1	Развитие выразительности и артистизма: передача характера музыки, ее настроения посредством пластики и мимики	комбинированное	Актовый зал	Творческие задания
4.			1	Развитие выразительности и артистизма: передача характера музыки, ее настроения посредством пластики и мимики	практическое	Актовый зал	Практический показ
5.			1	Музыкально – ритмические упражнения с предметами (платок, лента, обруч, мяч)	учебное	Актовый зал	наблюдение
6.			1	Музыкально – ритмические упражнения с предметами (платок, лента, обруч, мяч)	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
7.			1	Упражнения на воспроизведение в движении пройденного теоретического материала по музыкальной грамоте	комбинированное	Актовый зал	Работа над ошибками
8.			1	Упражнения на воспроизведение в движении пройденного теоретического материала по музыкальной грамоте	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
9.			1	Закрепление и ознакомление с новыми элементами	комбинированное	Актовый зал	наблюдение

				танцевальной азбуки. Упражнения для головы, упражнения для плеч, упражнения для рук.			
10.			1	Закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки. Упражнения для головы, упражнения для плеч, упражнения для рук.	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
11.			1	Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы	Учебное занятие	Актовый зал	наблюдение
12.			1	Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы	комбинированное	Актовый зал	Контроль за исполнением
13.			1	Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
14.			1	Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
15.			1	Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений	учебное	Актовый зал	наблюдение
16.			1	Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
17.			1	Выполнение изученных элементов танцевальных движений	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
18.			1	Выполнение изученных элементов танцевальных движений	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
19.			1	Ознакомление детей с танцевальными рисунками	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
20.			1	Ознакомление детей с танцевальными рисунками	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
21.			1	Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве	Занятие-игра	Актовый зал	Творческие задания

22.			1	Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве	Занятие-игра	Актовый зал	Практический показ
23.			1	Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.	комбинированное	Актовый зал	Беседа
24.			1	Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
25.			1	Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении	комбинированное	Актовый зал	Творческие задания
26.			1	Сочинение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении	комбинированное	Актовый зал	Творческие задания
27.			1	Отгадывание музыкальных загадок	комбинированное	Актовый зал	викторина
28.			1	Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
29.			1	Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов	комбинированное	Актовый зал	Творческие задания
30.			1	Ритмика	Итоговое занятие	Актовый зал	тестирование
31.			1	Упражнения для правильной постановки ног	Вводное занятие	Актовый зал	беседа
32.			1	Упражнения для правильной постановки ног	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
33.			1	Упражнения для правильной постановки ног	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
34.			1	Упражнения для правильной постановки ног	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
35.			1	Упражнения для правильной постановки ног	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
36.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для	комбинированное	Актовый зал	наблюдение

				позвоночника			
37.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
38.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
39.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
40.			1	Наклоны (элементы на гибкость) и упражнения для позвоночника	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
41.			1	Упражнения на развитие мышц живота	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
42.			1	Упражнения на развитие мышц живота	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
43.			1	Упражнения на развитие мышц живота	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
44.			1	Упражнения на развитие мышц живота	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
45.			1	Упражнения на развитие мышц спины	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
46.			1	Упражнения на развитие мышц спины	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
47.			1	Упражнения на развитие мышц спины	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
48.			1	Упражнения на развитие мышц спины	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
49.			1	Упражнения на развитие мышц спины	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
50.			1	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов рук и укрепления мышц рук	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
51.			1	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов рук и укрепления мышц рук	комбинированное	Актовый зал	наблюдение

52.			1	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов рук и укрепления мышц рук	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
53.			1	Упражнения для улучшения осанки, развития подвижности суставов рук и укрепления мышц рук	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
54.			1	Маховые упражнения	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
55.			1	Маховые упражнения	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
56.			1	Маховые упражнения	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
57.			1	Маховые упражнения	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
58.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
59.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
60.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
61.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
62.			1	Упражнения для развития выворотности и танцевального шага	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
63.			1	Акробатические упражнения	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
64.			1	Акробатические упражнения	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
65.			1	Акробатические упражнения	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
66.			1	Акробатические упражнения	комбинированное	Актовый зал	наблюдение работа над ошибками
67.			1	Акробатические упражнения	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
68.			1	Партерная гимнастика	Итоговое занятие	Актовый зал	тестирование
69.			1	Demi-plies и grand-plies с перегибом	комбинированное	Актовый зал	наблюдение

				корпуса. Battement tendu и Battement tendu jetes с подъемом пятки опорной ноги. Rond de jambe par terre круг носком по воздуху			
70.			1	Demi-plies и grand-plies с перегибом корпуса. Battement tendu и Battement tendu jetes с подъемом пятки опорной ноги. Rond de jambe par terre круг носком по воздуху	комбинированное	Актовый зал	работа над ошибками
71.			1	Demi-plies и grand-plies с перегибом корпуса. Battement tendu и Battement tendu jetes с подъемом пятки опорной ноги. Rond de jambe par terre круг носком по воздуху	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
72.			1	«Веревочка» с demi- plie на опорной ноге. Упражнение для бедра с подъемом на полу пальцы. Pas tortille (зигзаг) плавное, с ударом.	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
73.			1	«Веревочка» с demi- plie на опорной ноге. Упражнение для бедра с подъемом на полу пальцы. Pas tortille (зигзаг) плавное, с ударом.	комбинированное	Актовый зал	работа над ошибками
74.			1	«Веревочка» с demi- plie на опорной ноге. Упражнение для бедра с подъемом на полу пальцы. Pas tortille (зигзаг) плавное, с ударом.	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
75.			1	Подготовка к Flic-Flac с переступанием по 3-й позиции (вперед, в сторону). Дробные выступивания: ключ простой, с подскоком.	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
76.			1	Подготовка к Flic-Flac с переступанием по 3-й позиции (вперед, в сторону). Дробные		Актовый зал	Практический показ

				выстукивания: ключ простой, с подскоком.			
77.			1	Grand battement jetes с demi-plie на опорной ноге	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
78.			1	Grand battement jetes с demi-plie на опорной ноге	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
79.			1	Навыки работы с платком	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
80.			1	«Переменный шаг» с притопом и продвижением вперед и назад	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
81.			1	«Веревочка»	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
82.			1	«Веревочка» «Ковырялочка» с подскоками	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
83.			1	«Ковырялочка» с подскоками	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
84.			1	Дробные движения: простая дробь на месте, двойная дробь, ключ одинарный с ударом каблуком опорной ноги, семейская дробь	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
85.			1	Дробные движения: простая дробь на месте, двойная дробь, ключ одинарный с ударом каблуком опорной ноги, семейская дробь	комбинированное	Актовый зал	работа над ошибками
86.			1	Дробные движения: простая дробь на месте, двойная дробь, ключ одинарный с ударом каблуком опорной ноги, семейская дробь	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
87.			1	Вращения: на подскоках «полька»	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
88.			1	Вращения: на подскоках «полька»	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
89.			1	Позиции рук: женские руки мягкие, плавные, широкие, спокойные; мужские руки широкие, спокойные, но более сильные, мужественные	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
90.			1	Позиции рук: женские руки мягкие, плавные, широкие,	комбинированное	Актовый зал	работа над ошибками

				спокойные; мужские руки широкие, спокойные, но более сильные, мужественные			
91.			1	Позиции рук: женские руки мягкие, плавные, широкие, спокойные; мужские руки широкие, спокойные, но более сильные, мужественные	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
92.			1	Корпус: украинскому женскому танцу свойственны в основном плавные, спокойные движения корпуса, в мужских танцах положения корпуса более разнообразны, движения более широки и свободны.	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
93.			1	Корпус: украинскому женскому танцу свойственны в основном плавные, спокойные движения корпуса, в мужских танцах положения корпуса более разнообразны, движения более широки и свободны.	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
94.			1	Движения на месте: «бегунец» - стремительный ход вперед, «тынок» - перескок из стороны в сторону, медленный женский ход, боковой ход «Дорижка», «Веревочка», притопы	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
95.			1	Движения на месте: «бегунец» - стремительный ход вперед, «тынок» - перескок из стороны в сторону, медленный женский ход, боковой ход «Дорижка», «Веревочка», притопы	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
96.			1	Движения на месте: «бегунец» - стремительный ход	комбинированное	Актовый зал	работа над ошибками

				вперед, «тынок» - перескок из стороны в сторону, медленный женский ход, боковой ход «Дорижка», «Веревочка», притопы			
97.			1	Движения на месте: «бегунец» - стремительный ход вперед, «тынок» - перескок из стороны в сторону, медленный женский ход, боковой ход «Дорижка», «Веревочка», притопы	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
98.			1	Позиции и положения рук: в массовом танце, в парном танце	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
99.			1	Позиции и положения рук: в массовом танце, в парном танце	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
100.			1	Ходы и движения на месте: легкий бег, шаг с подскоком, галоп, полька, «ножницы»	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
101.			1	Ходы и движения на месте: легкий бег, шаг с подскоком, галоп, полька, «ножницы»	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
102.			1	Ходы и движения на месте: легкий бег, шаг с подскоком, галоп, полька, «ножницы»	комбинированное	Актовый зал	работа над ошибками
103.			1	Ходы и движения на месте: легкий бег, шаг с подскоком, галоп, полька, «ножницы»	комбинированное	Актовый зал	Практический показ
104.			1	Ходы и движения на месте: легкий бег, шаг с подскоком, галоп, полька, «ножницы»	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
105.			1	Присядки с выбросом ноги вперед на носок, с «ковырялочкой»	комбинированное	Актовый зал	наблюдение
106.			1	Присядки с выбросом ноги вперед на носок, с «ковырялочкой»	комбинированное	Актовый зал	работа над ошибками
107.			1	Присядки с выбросом ноги вперед на носок, с «ковырялочкой»	комбинированное	Актовый зал	Практический показ

108.			1	Основы народно – сценического танца	Итоговое занятие	Актовый зал	тестирование
------	--	--	---	----------------------------------------	---------------------	----------------	--------------

### 3 год обучения.

№ п/п	Датапровед ения занятия	Времяпровед ения занятия	Кол- вочас ов	Тема занятия	Формаза ния	Местоп рове- дения	Формаконт роля
1.			1	Постановка корпуса. Позиции ног. Позиции рук.	Вводное	Хореог рафичес кий класс	Беседа
2.			1	Постановка корпуса. Позиции ног. Позиции рук.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
3.			1	Постановка корпуса. Позиции ног. Позиции рук.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
4.			1	Demi plie в I, II, III, V позициях. Battement tendu. Passe par terre в I позиции вперед и назад.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
5.			1	Demi plie в I, II, III, V позициях. Battement tendu. Passe par terre в I позиции вперед и назад.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
6.			1	Demi rond de jambe par terre. Rond de jambe par terre en dehor u en dedan. Battement tendu jete с 1 позиции, с V позиции в сторону, вперед и назад. Battement tendu jete p que с 1 и позиций в сторону, вперед и назад.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
7.			1	Demi rond de jambe par terre. Rond de jambe par terre en dehor u en dedan. Battement tendu jete с 1 позиции, с V позиции в сторону, вперед и назад. Battement tendu jete p que с 1 и позиций в сторону, вперед и	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ

				назад.			
8.			1	Положение ноги surlecoudepied спереди, сзади и условное coudepied. Battementfrappe в сторону, вперед и назад. Releve на полупальцах в I, II и V позициях.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
9.			1	Положение ноги surlecoudepied спереди, сзади и условное coudepied. Battementfrappe в сторону, вперед и назад. Releve на полупальцах в I, II и V позициях.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
10.			1	Battementfondу в сторону, вперед и назад. Battementretire. Battementrelevelent на 90 градусов из I и V позиций в сторону, вперед и назад.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
11.			1	Battementfondу в сторону, вперед и назад. Battementretire. Battementrelevelent на 90 градусов из I и V позиций в сторону, вперед и назад.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
12.			1	Tempsreleveparterre . Grandbattementjete из I и V позиций в сторону, вперед и назад. Наклоны вперед и перегибы корпуса назад и в сторону.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
13.			1	Tempsreleveparterre Grandbattementjete из I и V позиций в сторону, вперед и назад. Наклоны вперед и перегибы корпуса назад и в сторону.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
14.			1	Demi plie en face в I, II, V позициях. Battementtendu из I и V позиций во все	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				направления.			
15.			1	Demi plie en face в I, II, V позициях. Battement tendu из I и V позиций во все направления.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
16.			1	Ronde de jambe par terre. Battement fondu.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
17.			1	Ronde de jambe par terre. Battement fondu.	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
18.			1	Ronde de jambe par terre. Battement fondu.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
19.			1	Battement frappe. Battement releve lent.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
20.			1	Battement frappe. Battement releve lent.	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
21.			1	Battement frappe. Battement releve lent.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
22.			1	Grand battement jete. Releve на п/п в I, II и V позициях	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
23.			1	Grand battement jete. Releve на п/п в I, II и V позициях	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
24.			1	Grand battement jete. Releve на п/п в I, II и V позициях	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
25.			1	I-e port de bras	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
26.			1	Temps leve из I, II, V позициях	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
27.			1	Temps leve из I, II, V позициях	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

28.			1	Temps leve из I, II, V позициях	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
29.			1	Temps leve из I, II, V позициях	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
30.			1	Changement de pieds	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
31.			1	Changement de pieds	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
32.			1	Changement de pieds	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
33.			1	Changement de pieds	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
34.			1	Pas echappe	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
35.			1	Pas echappe	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
36.			1	Pas echappe	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
37.			1	Pas echappe	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
38.			1	Основы классического танца	Итоговое занятие	Хореографический класс	Тестирование
39.			1	Полуприседания (demi – plies) и полные приседания (grand – plies). Скользжения стопой по полу (battementstendus). На носок, с переводом стопы на ребро каблука	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

40.			1	Полуприседания (demi – plies) и полные приседания (grand – plies). Скольжения стопой по полу (battementstendus). На носок, с переводом стопы на ребро каблука	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
41.			1	Маленькие броски. Ронд де жамб - круговые скольжения по полу. Ронд де жамб - ребром каблука – с остановкой в сторону.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
42.			1	Маленькие броски. Ронд де жамб - круговые скольжения по полу. Ронд де жамб - ребром каблука – с остановкой в сторону.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
43.			1	Полуприседание на опорной ноге, с поворотом колена работающей из закрытого положения в открытое (battementfondu). Скользжение по ноге (пассе).	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
44.			1	Полуприседание на опорной ноге, с поворотом колена работающей из закрытого положения в открытое (battementfondu). Скользжение по ноге (пассе).	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
45.			1	Подготовка к «веревочке». «Веревочка». Разворачивание работающей ноги (battementdevelopp) с одновременным ударом каблуком опорной	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
46.			1	Подготовка к «веревочке». «Веревочка».	Комбинированное	Хореографический	Работа над ошибками

				Разворачивание работающей ноги (battement developpe) с одновременным ударом каблуком опорной		класс	
47.			1	Подготовка к «веревочке». «Веревочка». Разворачивание работающей ноги (battement developp) с одновременным ударом каблуком опорной	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
48.			1	Бег лошадок. Быстрый бег. Первый припляс. Веревочка с поворотом на переступании. Дробь каблуками.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
49.			1	Бег лошадок. Быстрый бег. Первый припляс. Веревочка с поворотом на переступании. Дробь каблуками.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
50.			1	Подскоки с полуповоротом. Второй припляс. Простая присядка. Присядка – разножка с хлопком. Третий припляс.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
51.			1	Подскоки с полуповоротом. Второй припляс. Простая присядка. Присядка – разножка с хлопком. Третий припляс.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
52.			1	Шаг гусем. Четвертый припляс. Полуповорот. Прыжки. Молоточки.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
53.			1	Шаг гусем. Четвертый припляс. Полуповорот. Прыжки. Молоточки.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ

54.			1	Простая дробь. Шаги наискрест с подскоком. Голубцы с поворотом. Крутка. Переступание. Присядка-ползунок в стороны	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
55.			1	Простая дробь. Шаги наискрест с подскоком. Голубцы с поворотом. Крутка. Переступание. Присядка-ползунок в стороны	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
56.			1	Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Положения рук в массовом и парном танце. Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
57.			1	Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Положения рук в массовом и парном танце. Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
58.			1	Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Положения рук в массовом и парном танце. Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
59.			1	Притоп. «Веревочка»: простая, с переступаниями, в повороте.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
60.			1	Притоп. «Веревочка»: простая, с переступаниями, в	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				повороте.			
61.			1	Притоп. «Веревочка»: простая, с переступаниями, в повороте.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
62.			1	Дорожка простая (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом. «Голубцы» на месте. «Дорожка» с продвижением в сторону, со сменой позиций вперед и назад в перекрещенном положении.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
63.			1	Дорожка простая (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом. «Голубцы» на месте. «Дорожка» с продвижением в сторону, со сменой позиций вперед и назад в перекрещенном положении.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
64.			1	Дорожка простая (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом. «Голубцы» на месте. «Дорожка» с продвижением в сторону, со сменой позиций вперед и назад в перекрещенном положении.	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
65.			1	Дорожка простая (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом. «Голубцы» на месте. «Дорожка» с продвижением в сторону, со сменой	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ

				позиций вперед и назад в перекрещенном положении.			
66.			1	Особенности народа Татарстана	Видеопрезентация	Хореографический класс	Викторина
67.			1	Первый ход (беренче йореш). Второй ход (икенче йореш)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
68.			1	Первый ход (беренче йореш). Второй ход (икенче йореш)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
69.			1	Основной ход (топ йореш). Мелкая дробь (вак тыпырдау)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
70.			1	Основной ход (топ йореш). Мелкая дробь (вак тыпырдау)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
71.			1	Строчка (тегу). Перебор.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
72.			1	Строчка (тегу). Перебор.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
73.			1	Позиции рук (за платье, калфак, свободное). Падебаск на носок. «Вишненка»	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
74.			1	Позиции рук (за платье, калфак, свободное). Падебаск на носок. «Вишненка»	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
75.			1	Позиции рук (за платье, калфак, свободное). Падебаск на носок. «Вишненка»	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
76.			1	Основы народно-сценического танца	Итоговое занятие	Хореографический класс	Тестирование
77.			1	Разогрев	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
78.			1	Разогрев	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

						кий класс	
79.			1	Разогрев	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
80.			1	Разогрев	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
81.			1	Разогрев	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
82.			1	Изоляция: голова; плечи	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
83.			1	Изоляция: голова; плечи	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
84.			1	Изоляция: руки; ноги	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
85.			1	Изоляция: руки; ноги	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
86.			1	Наклоны торса	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
87.			1	Наклоны торса	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
88.			1	Наклоны торса	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
89.			1	Roll down; roll up	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
90.			1	Roll down; roll up	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
91.			1	Roll down; roll up	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
92.			1	Координация	Комбинированное	Хореографическое	Наблюдение

						кий класс	
93.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
94.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
95.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
96.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
97.			1	Шаги: flat step; camel walk	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
98.			1	Шаги: flat step; camel walk	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
99.			1	Шаги: flat step; camel walk	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
100.			1	Прыжки: jump; hop	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
101.			1	Прыжки: jump; hop	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюдение
102.			1	Прыжки: jump; hop	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
103.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	
104.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
105.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
106.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Контроль исполнени я

				такта		класс	
107.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
108.			1	Основы современного танца	Итоговое	Хореографический класс	Тестирование

#### 4 год обучения.

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Кол-вочасов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			1	Battement tendu pour le pied (double tendu) в I и V позициях. Rond de jambe par terre en dehors, en dedans.	Вводное занятие	Хореографический класс	Беседа/опрос
2.			1	Battement fondu с plie-releve во всех направлениях. Petit battement sur le cou-de-pied. Battement double frappe в сторону, вперед и назад .	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
3.			1	Battement fondu с plie-releve во всех направлениях. Petit battement sur le cou-de-pied. Battement double frappe в сторону, вперед и назад .	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
4.			1	Battement fondu с plie-releve во всех направлениях. Petit battement sur le cou-de-pied. Battement double frappe в сторону, вперед и назад .	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
5.			1	Battement soutenu. Rond de jambe en l'air en dehors u en dedans. Plie releve на 45 градусов.	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
6.			1	Battement soutenu. Rond de jambe en l'air en dehors u en dedans. Plie releve на 45 градусов.	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
7.			1	Battement soutenu. Rond de jambe en l'air	Комбинированное	Хореографическое	Практический показ

				en dehors u en dedans. Plie releve на 45 градусов.		кий класс	
8.			1	Battementdeveloppe во всех направлениях.Portdebras 1-е и 3-е. Pasdebourree с переменой ног endehorsuededans .	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
9.			1	Battementdeveloppe во всех направлениях.Portdebras 1-е и 3-е. Pasdebourree с переменой ног endehorsuededans .	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
10.			1	Battementdeveloppe во всех направлениях.Portdebras 1-е и 3-е. Pasdebourree с переменой ног endehorsuededans .	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
11.			1	Plie releve на 45 грантедусов с demi rond de jambe. Grand battement jete pointe.	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
12.			1	Plie releve на 45 грантедусов с demi rond de jambe. Grand battement jete pointe.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
13.			1	Epaulement croisee и effacee в V позиции. Позы croise и efface.	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
14.			1	Epaulement croisee и effacee в V позиции. Позы croise и efface.	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
15.			1	Epaulement croisee и effacee в V позиции. Позы croise и efface.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
16.			1	Port de bras 1-е, 2-е, 3-е. Temps leve par terre. Battement tendu.	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
17.			1	Port de bras 1-е, 2-е, 3-е. Temps leve par terre. Battement tendu.	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
18.			1	Port de bras 1-е, 2-е, 3-е. Temps leve par terre. Battement tendu.	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ

19.			1	Battement tendu jete. 1-й, 2-й, 3-й, arabesques. Battementrelevelement на 90 градусов во всех направлениях.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
20.			1	Battement tendu jete. 1-й, 2-й, 3-й, arabesques. Battementrelevelement на 90 градусов во всех направлениях.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
21.			1	Battement tendu jete. 1-й, 2-й, 3-й, arabesques. Battementrelevelement на 90 градусов во всех направлениях.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	Контроль за исполнением
22.			1	Battement tendu jete. 1-й, 2-й, 3-й, arabesques. Battementrelevelement на 90 градусов во всех направлениях.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	Практически й показ
23.			1	Элементарное adagio из пройденных поз. Grandbattementjete во всех направлениях в позах croisee и effacee .Pasdebourree без перемены ног из стороны в сторону.	учебное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
24.			1	Элементарное adagio из пройденных поз. Grandbattementjete во всех направлениях в позах croisee и effacee .Pasdebourree без перемены ног из стороны в сторону.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
25.			1	Элементарное adagio из пройденных поз. Grandbattementjete во всех направлениях в позах croisee и effacee .Pasdebourree без перемены ног из стороны в сторону.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	Практически й показ
26.			1	Pas assemble в сторону.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
27.			1	Pas assemble в сторону.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	Практически й показ
28.			1	Pasassemble вперед и	Комбиниров	Хореог	наблюдение

				1 назад .	анное	рафичес кий класс	
29.			1	Pas assemble вперед и назад .	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	Практически й показ
30.			1	Sissonne simple.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
31.			1	Sissonne simple.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
32.			1	Pas jete.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
33.			1	Pas jete.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
34.			1	Pas jete.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	Практически й показ
35.			1	Pasechappe на одну ногу.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
36.			1	Pasechappe на одну ногу.	Комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
37.			1	Основы классического танца	итоговое	Хореог рафичес кий класс	тестировани е
38.			1	Приседания резкие и плавные по 1,2,5 открытым поз. Скольжение стопой по полу с опусканием с полу пальцев на всю стопу. Маленькие броски опорной ноги.	комбиниров анное	Хореог рафичес кий класс	наблюдение
39.			1	Приседания резкие и плавные по 1,2,5 открытым поз. Скольжение стопой по полу с опусканием с полу пальцев на всю стопу. Маленькие броски опорной ноги.	комбиниров анное	Хореогра фический класс	Практически й показ
40.			1	Повороты стопы (одинарные).	комбиниров анное	Хореог рафичес	наблюдение

				Battementsfondues. Подготовка к веревочке.		кий класс	
41.			1	Повороты стопы (одинарные). Battementsfondues. Подготовка к веревочке.	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
42.			1	Повороты стопы (одинарные). Battementsfondues. Подготовка к веревочке.	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
43.			1	Разворачивание ноги на 90 градусов. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги на ногу открытую на носок в сторону или назад.	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
44.			1	Разворачивание ноги на 90 градусов. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги на ногу открытую на носок в сторону или назад.	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
45.			1	Повороты на обеих ногах по 5 открытой позиции в полууприседании и на вытянутых ногах. Большие броски с падением на работающую ногу.	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
46.			1	Повороты на обеих ногах по 5 открытой позиции в полууприседании и на вытянутых ногах. Большие броски с падением на работающую ногу.	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
47.			1	Особенности и характер танца. Положения ног, характерные для танца. Положения рук в танце.	Видео презентация	Хореографический класс	викторина
48.			1	Особенности и характер танца. Положения ног, характерные для танца. Положения рук в танце.	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
49.			1	Скользжение на носок вперед в открытом	комбинированное	Хореографический	наблюдение

				положение с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседание. Шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге.		кий класс	
50.			1	Скользжение на носок вперед в открытом положение с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседание. Шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге.	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
51.			1	Бег тарантеллы на месте и с продвижением вперед. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене.	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
52.			1	Бег тарантеллы на месте и с продвижением вперед. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене.	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
53.			1	Перескоки с ноги на ногу. Подскоки в полуприседании на полу пальцах по 3 свободной позиции на месте и в повороте.	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
54.			1	Перескоки с ноги на ногу. Подскоки в	комбинированное	Хореографический	Работа над ошибками

				полуприседании на полу пальцах по 3 свободной позиции на месте и в повороте.		кий класс	
55.			1	Перескоки с ноги на ногу. Подскоки в полуприседании на полу пальцах по 3 свободной позиции на месте и в повороте.	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
56.			1	Культура горных мари.	Видео презентация	Хореографический класс	опрос
57.			1	Культура горных мари. Переменный шаг.	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
58.			1	Культура горных мари. Переменный шаг.	комбинированное	Хореографический класс	Контроль за исполнением
59.			1	Елочка (скользящий шаг назад). Балансе (колыхающийся шаг).	учебное	Хореографический класс	наблюдение
60.			1	Елочка (скользящий шаг назад). Балансе (колыхающийся шаг).	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
61.			1	Елочка (скользящий шаг назад). Балансе (колыхающийся шаг).	комбинированное	Хореографический класс	Контроль за исполнением
62.			1	Припадание в сторону.	учебное	Хореографический класс	наблюдение
63.			1	Припадание в сторону.	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
64.			1	Припадание в сторону.	комбинированное	Хореографический класс	Контроль за исполнением
65.			1	Особенности и характер танца. Положения ног. Положения рук в сольном и массовом танцах.	комбинированное	Хореографический класс	Беседа/опрос
66.			1	Особенности и характер танца. Положения ног. Положения рук в сольном и массовом	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение

				танцах.			
67.			1	Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением). Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.	учебное	Хореографический класс	наблюдение
68.			1	Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением). Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
69.			1	Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением). Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
70.			1	Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено. Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
71.			1	Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено. Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
72.			1	Ход на одну ногу с прыжком. Повороты.	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
73.			1	Ход на одну ногу с прыжком. Повороты.	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
74.			1	Основы народно-сценического танца	Итоговое	Хореографический класс	тестирование
75.			1	Разогрев	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение

76.			1	Разогрев	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
77.			1	Разогрев	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
78.			1	Разогрев	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
79.			1	Разогрев	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
80.			1	Изоляция: голова; плечи	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
81.			1	Изоляция: голова; плечи	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
82.			1	Изоляция: руки; ноги	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
83.			1	Изоляция: руки; ноги	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
84.			1	Изоляция: руки; ноги	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
85.			1	Наклоны торса	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
86.			1	Наклоны торса	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
87.			1	Наклоны торса	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
88.			1	Roll down; roll up	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
89.			1	Roll down; roll up	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками

90.			1	Roll down; roll up	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
91.			1	Координация	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
92.			1	Координация	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
93.			1	Координация	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
94.			1	Координация	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
95.			1	Координация	комбинированное	Хореографический класс	Творческие задания
96.			1	Координация	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
97.			1	Шаги: flat step; camel walk	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
98.			1	Шаги: flat step; camel walk	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
99.			1	Шаги: flat step; camel walk	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
100.			1	Прыжки: jump; hop	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
101.			1	Прыжки: jump; hop	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
102.			1	Прыжки: jump; hop	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
103.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение

104.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
105.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
106.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
107.			1	Разучивание небольшой комбинации на 32 такта	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
108.			1	Основы современного танца	итоговое	Хореографический класс	тестирование

### 5 год обучения

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			1	Экзерсис у станка	Вводное	Хореографический класс	Викторина
2.			1	Полуповороты в V позиции на полупальцах 2-х ног	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
3.			1	Battement fondu, battement frappe, petit battement с чередованием на целой стопе и на п/п	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
4.			1	Port de bras с rond de jambe par terre на demi plie	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
5.			1	Double battement fondu	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
6.			1	Томбенаместе	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение

7.			1	Battement developpe passé на 90 градусов.	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
8.			1	Demironddejambe на 90 градусов из всех направлений и при переходе из позы в позу.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
9.			1	Flic-flac en fase	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
10.			1	Battement releve lent на 90 градусов и battement developpe в croisee u effacee.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
11.			1	Battement releve lent на 90 градусов и battement developpe в croisee u effacee.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
12.			1	Tempsleve с перегибом корпуса	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
13.			1	II и IV arabesques носком в пол.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
14.			1	4-e port de bras	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
15.			1	Большая поза croisee и effacee вперед и назад носком в пол	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
16.			1	Позы croisee вперед и назад на 90 градусов	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
17.			1	Элементарное adagio	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
18.			1	Подготовительные упражнения к турам	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
19.			1	Тип endehors и endedans со II позиции	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
20.			1	Tempsleve на 90 градусов	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками

21.			1	Pasdebourree без перемены ног на efface	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
22.			1	Позы attitudes croisee и effacee.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
23.			1	Большая поза ecartee вперед и назад	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
24.			1	Pasassemble. Double assemble	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
25.			1	Grand changement de pieds	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
26.			1	Grand echappe на II позицию	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
27.			1	Pas glissade	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
28.			1	Sissone fermee	Комбинированное	Хореографический класс	Хореографический
29.			1	Sissone fermee	Комбинированное	Хореографический класс	Хореографический
30.			1	Sissone ouverte	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
31.			1	Sissone ouverte	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
32.			1	Pas echappe в II поз. На croisse и на effacee	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
33.			1	Temps leve	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
34			1	Pas de chat	Комбинированное	Хореографическое	Наблюдение

						ский класс	
35.			1	Pas de chat	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Работа над ошибками
36.			1	Основы классического танца	Итоговое занятие	Хореог рафиче ский класс	Практичес кий показ
37.			1	Приседания. Батман тандю с поворотом ноги	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Наблюден ие
38.			1	Батмантандю жете. Rond de jambe	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Работа над ошибками
39.			1	Батман фондю. Подготовка к веревочке.	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Контроль исполнения
40.			1	Разворачивание ноги(battementsdevelo ppes).Большие броски	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Наблюден ие
41.			1	«Голубец» в сторону на 45 в прямом положении лицом к станку	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Наблюден ие
42.			1	Револьтад на полу (без прыжка)	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Наблюден ие
43.			1	Подготовка к штопору	Комбини рованное	Хореог рафическ ий класс	Наблюден ие
44.			1	Штопор	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Наблюден ие
45.			1	Положения ног	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Наблюден ие
46.			1	Положения рук	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Наблюден ие
47.			1	«Ключ»	Комбини рованное	Хореог рафиче ский класс	Наблюден ие
48.			1	Заключение (усложненный)	Комбини рованное	Хореог рафиче	Работа над ошибками

				«ключ»)		ский класс	
49.			1	Шаг в сторону с двумя переступаниями	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
50.			1	Перебор- три переступания на месте с открыванием ноги на 35	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
51.			1	«Веревочка» на месте, с продвижением назад и в повороте	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
52.			1	Разворачивание ноги вперед и в полуприседании	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
53.			1	Поворот на обеих ногах по 5 открытой позиции	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
54.			1	Положения рук	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
55.			1	Положения ног	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
56.			1	Поклон	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
57.			1	Движения кистей рук	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
58.			1	Движения рук	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
59.			1	Ходы	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
60.			1	«Гармошка»	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
61.			1	Опускания на колени	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками

62.			1	Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, с другой, вытянутой вперед	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
63.			1	Положения ног. Положения рук	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
64.			1	Переводы рук в различные положения	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
65.			1	Ходы	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
66.			1	Соскоки	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
67.			1	Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъемом на полупальцы	комбинированное	Хореографический класс	Опрос
68.			1	Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
69.			1	Zapateado	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
70.			1	Опускание на колено с шага	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
71.			1	Движения рук (portdebras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперед	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
72.			1	Основы народно-сценического танца	итоговое	Хореографический класс	тестирование
73.			1	Правила исполнения движений	комбинированное	Хореографический класс	викторина

74.			1	Разогрев на середине	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
75.			1	Разогрев на середине	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
76.			1	Разогрев в партер	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
77.			1	Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
78.			1	Изоляция: голова	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
79.			1	Изоляция: плечи	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдена
80.			1	Изоляция: руки	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль за исполнением
81.			1	Изоляция: пельвис	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
82.			1	Положения prance, point, flex; plie; battement tendu; battement tendujete; grand battement jete.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
83.			1	Упражнения для позвоночника	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
84.			1	Упражнения для позвоночника	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
85.			1	Упражнения для позвоночника	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
86.			1	Наклоны торса	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
87.			1	Наклоны торса	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения

88.			1	Rolldown	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
89.			1	Rollup	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
90.			1	Координация двух центров в параллельном движении	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
91.			1	Координация двух центров в параллельном движении	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
92.			1	Оппозиционное движение (один центр вперед, другой – назад)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
93.			1	Оппозиционное движение (один центр вперед, другой – назад)	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
94.			1	Перевод рук из позиции в позицию с одновременным движением какого-либо центра.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
95.			1	Перевод рук из позиции в позицию с одновременным движением какого-либо центра	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
96.			1	Шаги: - latin walk; - flat step; - step ball change.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
97.			1	Шаги: - latin walk; - flat step; - step ball change.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
98.			1	Шаги: - latin walk; - flat step; - step ball change.	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
99.			1	Передвижение в пространстве. Прыжки.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
100.			1	Передвижение в пространстве. Прыжки.	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками

						класс	
101.			1	Передвижение в пространстве. Прыжки.	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
102.			1	Комбинации на основе изученных движений	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
103.			1	Комбинаций на основе изученных движений	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
104.			1	Комбинации на основе изученных движений	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
105.			1	Комбинации на основе изученных движений	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
106.			1	Комбинации на основе изученных движений	Комбинированное	Хореографический класс	Творческие задания
107.			1	Комбинации на основе изученных движений	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
108.			1	Основы современного танца	Итоговое	Хореографический класс	Тестирование

### 6 год обучения.

№ п/п	Датапроведения занятия	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Формазанятия	Местопроведения	Формаконтроля
1.			1	Demi plie и grand plie с рукой en dehors, en dedans	Вводное	Хореографический класс	Викторина
2.			1	Battement tendu pour batterie (как подготовка к заноскам) Battement tendu jete в сочетании с pour le pied, pique, balançoire Flic-flac	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
3.			1	Battement tendu pour batterie (как подготовка к заноскам)	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения

				Battement tendu jete в сочетании с pour le pied, pique, balancoire Flic-flac			
4.			1	Pastombee с продвижением и фиксацией ноги Rond de jambe en lair en dehors, en dedans	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
5.			1	Battementsoutenu на 45° во всех направлениях Battementfrappe с окончанием в demiplie носком в пол и поворотом в малые позы	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
6.			1	Battementsoutenu на 45° во всех направлениях Battementfrappe с окончанием в demiplie носком в пол и поворотом в малые позы	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
7.			1	Demi rond на 90° en dehors et en dedans Battement developpe в сочетании с plie releve	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
8.			1	Demi rond на 90° en dehors et en dedans Battement developpe в сочетании с plie releve	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
9.			1	Petit battement с акцентом sur le cou de pied сзади и условное спереди	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
10.			1	Grandbattemnetjet e с passeparterre через I позицию и с фиксацией ноги носком в пол	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
11.			1	Pas de bourree simple en tournant Preparation и piro uett en de hors, en dedans из V позиции	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
12.			1	Pas de bourree simple en tournant Preparation и piro uett en de hors, en dedans из V позиции	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками

				ии			
13.			1	Battement fondu Battement double frappe	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
14.			1	Battement fondu Battement double frappe	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
15.			1	Battement fondu Battement double frappe	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
16.			1	Battement fondu Battement double frappe	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Контроль исполнени я
17.			1	Battementdevelop ре в больших позах в сочетании с arabesque	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
18.			1	Battementdevelop ре в больших позах в сочетании с arabesque	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
19.			1	Battementdevelop ре в больших позах в сочетании с arabesque	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
20.			1	Battementdevelop ре в больших позах в сочетании с arabesque	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Контроль исполнени я
21.			1	Preparation к pirouette с IV позиции Tours chaines	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
22.			1	Preparation к pirouette с IV позиции Tours chaines	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
23.			1	Preparation к pirouette с IV позиции Tours chaines	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
24.			1	Preparation к pirouette с IV позиции Tours chaines	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
25.			1	Pas echappe battu Double assemble	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
26.			1	Pas echappe battu Double assemble	Комбини рованное	Хореог рафичес кий	Работа над ошибками

						класс	
27.			1	Pas echappe battu Double assemble	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
28.			1	Pas assemble с про движением в сочтении с pas glissade	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
29.			1	Pas assemble с про движением в сочтении с pas glissade	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
30.			1	Pas assemble с про движением в сочтении с pas glissade	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
31.			1	Pas assemble с про движением в сочтении с pas glissade	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
32.			1	Sisson fermee вперед в I arabesque Заноски entrechat, catre royle	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
33.			1	Sisson fermee вперед в I arabesque Заноски entrechat, catre royle	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
34.			1	Sisson fermee вперед в I arabesque Заноски entrechat, catre royle	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
35.			1	Sisson fermee вперед в I arabesque Заноски entrechat, catre royle	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
36.			1	Sisson fermee вперед в I arabesque Заноски entrechat, catre royle	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
37.			1	Основы классического танца	Итоговое занятие	Хореографический класс	Тестирование
38.			1	Полуприседания, полные приседания, плавные и резкие по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				открытым и прямым позициям			
39.			1	Скользжение стопой по полу (battementstendus) Battements tendus jetes	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
40.			1	Круговое скольжение по полу (ronddejambe parterre)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
41.			1	Battements developpes на 90 градусов в полуприседании на опорной ноге вперед в сторону назад (плавное и резкое) «Чечетка» (flic-flac)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
42.			1	Grands battements	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
43.			1	Подготовка к «штопору» «Штопор»	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
44.			1	Подготовка к «штопору» «Штопор»	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
45.			1	Основные положения корпуса, ног и головы в румынском народном танце	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
46.			1	Основные положения рук в женском, мужском и парном-массовом танце	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
47.			1	Основной ход, сококи, удары, синкопированные переступания	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
48.			1	Основной ход, сококи, удары, синкопированные переступания	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
49.			1	Основной ход, сококи, удары, синкопированные переступания	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ

50.			1	Повороты и вращения в паре	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
51.			1	Повороты и вращения в паре	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
52.			1	Синкопированные хлопки в ладоши (мужское)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
53.			1	Синкопированные хлопки в ладоши (мужское)	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
54.			1	Основные положения корпуса, ног и головы в мексиканском народном танце	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
55.			1	Основные положения рук (женское, мужское)	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
56.			1	Ходы, акцентированные переступания, мелкие одинарные переступания, повороты; дробные выступивания	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
57.			1	Ходы, акцентированные переступания, мелкие одинарные переступания, повороты; дробные выступивания	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
58.			1	Ходы, акцентированные переступания, мелкие одинарные переступания, повороты; дробные выступивания	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
59.			1	Ходы, акцентированные переступания,	комбинированное	Хореографический	Практический показ

				мелкие одинарные переступания, повороты; дробные выступивания		класс	
60.			1	Работа девушек с юбкой Работа юношой со шляпой (самбреро)	комбиниро ванное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
61.			1	Работа девушек с юбкой Работа юношой со шляпой (самбреро)	комбиниро ванное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
62.			1	Работа девушек с юбкой Работа юношой со шляпой (самбреро)	комбиниро ванное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
63.			1	Основные положения корпуса, ног и головы Положение рук в сольном женском танце	комбиниро ванное	Хореог рафичес кий класс	Опрос
64.			1	Основные положения корпуса, ног и головы Положение рук в сольном женском танце	комбиниро ванное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
65.			1	Основные положения корпуса, ног и головы Положение рук в сольном женском танце	комбиниро ванное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
66.			1	Мелкие шажки на полу пальцах, танцевальный шаг, приставной шаг в сторону с ребра каблука, «трилистник», плетеная дорожка, шаг вперед с уколом носка работающей ноги	Комбиниро ванное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
67.			1	Мелкие шажки на полу пальцах, танцевальный шаг, приставной шаг в сторону с ребра каблука, «трилистник», плетеная дорожка, шаг вперед с уколом	комбиниро ванное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие

				носка работающей ноги			
68.			1	Мелкие шажки на полу пальцах, танцевальный шаг, приставной шаг в сторону с ребра каблука, «трилистник», плетеная дорожка, шаг вперед с уколом носка работающей ноги	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
69.			1	Мелкие шажки на полу пальцах, танцевальный шаг, приставной шаг в сторону с ребра каблука, «трилистник», плетеная дорожка, шаг вперед с уколом носка работающей ноги	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
70.			1	Мелкие шажки на полу пальцах, танцевальный шаг, приставной шаг в сторону с ребра каблука, «трилистник», плетеная дорожка, шаг вперед с уколом носка работающей ноги	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
71.			1	Основы народно-сценического танца	Итоговое	Хореографический класс	Тестирование
72.				Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
73.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
74.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
75.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль за исполнением

76.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
77.			1	Грудная клетка (highrelease, «восьмерка») Пельвис (thrust; hiplift; «восьмерка») Ноги (kick, bruch, rond de jambe par terre, adagio)	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
78.			1	Грудная клетка (highrelease, «восьмерка») Пельвис (thrust; hiplift; «восьмерка») Ноги (kick, bruch, rond de jambe par terre, adagio)	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
79.			1	Грудная клетка (highrelease, «восьмерка») Пельвис (thrust; hiplift; «восьмерка») Ноги (kick, bruch, rond de jambe par terre, adagio)	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
80.			1	Грудная клетка (highrelease, «восьмерка») Пельвис (thrust; hiplift; «восьмерка») Ноги (kick, bruch, rond de jambe par terre, adagio)	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
81.			1	Грудная клетка (highrelease, «восьмерка») Пельвис (thrust; hiplift; «восьмерка») Ноги (kick, bruch, rond de jambe par terre, adagio)	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
82.			1	Соединение всех возможных движений торса; lowback; deepbodybend	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
83.			1	Соединение всех возможных движений торса; lowback; deepbodybend	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
84.			1	Соединение всех возможных движений торса; lowback;	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками

				deepbodybend			
85.			1	Соединение всех возможных движений торса; lowback; deepbodybend	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
86.			1	Соединение всех возможных движений торса; lowback; deepbodybend	Комбинированное	Хореографический класс	Творческие задания
87.			1	Соединение всех возможных движений торса; lowback; deepbodybend	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
88.			1	Голова-крест, в оппозицию движение пельвиса; наклоны головы вперед-назад, одновременно battementtendu; shugarleg в координации с шейком кистей; боковой шаг с выносом ноги на каблук в сочетании с работой рук	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
89.			1	Голова-крест, в оппозицию движение пельвиса; наклоны головы вперед-назад, одновременно battementtendu; shugarleg в координации с шейком кистей; боковой шаг с выносом ноги на каблук в сочетании с работой рук	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
90.			1	Голова-крест, в оппозицию движение пельвиса; наклоны головы вперед-назад, одновременно battementtendu; shugarleg в координации с шейком кистей; боковой шаг с выносом ноги на	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками

				каблук в сочетании с работой рук			
91.			1	Голова-крест, в оппозицию движение пельвиса; наклоны головы вперед-назад, одновременно <i>battementtendu</i> ; <i>shugarleg</i> в координации с шейком кистей; боковой шаг с выносом ноги на каблук в сочетании с работой рук	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Контроль исполнени я
92.			1	Голова-крест, в оппозицию движение пельвиса; наклоны головы вперед-назад, одновременно <i>battementtendu</i> ; <i>shugarleg</i> в координации с шейком кистей; боковой шаг с выносом ноги на каблук в сочетании с работой рук	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Творчески е задания
93.			1	Голова-крест, в оппозицию движение пельвиса; наклоны головы вперед-назад, одновременно <i>battementtendu</i> ; <i>shugarleg</i> в координации с шейком кистей; боковой шаг с выносом ноги на каблук в сочетании с работой рук	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
94.			1	Партер: перекаты, кувырки Шаги: <i>kickballchange</i> ; соедин ение с прыжками Прыжки: сочетание различных по характеру прыжков Вращения	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие

95.			1	Партер: перекаты, кувырки Шаги: kickballchange; соединение с прыжками Прыжки: сочетание различных по характеру прыжков Вращения	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
96.			1	Партер: перекаты, кувырки Шаги: kickballchange; соединение с прыжками Прыжки: сочетание различных по характеру прыжков Вращения	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
97.			1	Партер: перекаты, кувырки Шаги: kickballchange; соединение с прыжками Прыжки: сочетание различных по характеру прыжков Вращения	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
98.			1	Партер: перекаты, кувырки Шаги: kickballchange; соединение с прыжками Прыжки: сочетание различных по характеру прыжков Вращения	Комбинированное	Хореографический класс	Творческие задания
99.			1	Партер: перекаты, кувырки Шаги: kickballchange; соединение с прыжками Прыжки: сочетание различных по характеру прыжков Вращения	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
100.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
101.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
102.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

103.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
104.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
105.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
106.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Творческие задания
107.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
108.			1	Основы современного танца	Итоговое	Хореографический класс	Тестирование

### 7 год обучения.

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			1	Demiplie и grandplie в сочетании с portdebras и degagée по II и IV позициям	Вводное	Хореографический класс	Викторина
2.			1	Flic-flac на 1/2 поворота en dehors et en dedans. Battement fondu на полу пальцах Double battement fondu	Комбинированное	Хореографический класс	наблюдение
3.			1	Flic-flac на 1/2 поворота en dehors et en dedans. Battement fondu на полу пальцах Double battement fondu	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
4.			1	Temps relevé Положение attitude вперед и назад Grand rond на 90°	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
5.			1	Temps relevé Положение attitude	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения

				вперед и назад Grand rond на 90°		кий класс	я
6.			1	Battement frappe и battement double frappe с выходом на п олу пальцы  Petit battement sur le cou de pied на полу пальцах	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	наблюден ие
7.			1	Battement frappe и battement double frappe с выходом на п олу пальцы  Petit battement sur le cou de pied на полу пальцах	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
8.			1	Battement frappe и battement double frappe с выходом на п олу пальцы  Petit battement sur le cou de pied на полу пальцах	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
9.			1	Grand battement jete developpe (мягкий battement)  Pas de bourre ballotte	Комбини рованное	Хореогра фический класс	Наблюден ие
10.			1	Grand battement jete developpe (мягкий battement)  Pas de bourre ballott	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
11.			1	Grand battement jete developpe (мягкий battement)  Pas de bourre ballotte	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
12.			1	Battement tendu en tournent на 1/4 поворо та  Battement tendu jete в сочетании с flic- flac  Rond de jambe par terre en tournent на 1/4 по ворота en dehors et en dedans	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
13.			1	Battement tendu en tournent на 1/4 поворо та	Комбини рованное	Хореог рафичес кий	Наблюден ие

				Battement tendu jeté в сочетании с flic-flac  Rond de jambe par terre en tournant на 1/4 по ворота en dehors et en dedans		класс	
14.			1	Battement fondu на 45° в сочетании с demi rond en dehors et en dedans на полу пальцах	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
15.			1	Battement double frappe с окончанием в demi plie и с подворотом в малые позы на полу пальцах	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
16.			1	Battement double frappe с окончанием в demi plie исподворотом в малые позы на полу пальцах Battement developpe в сочетании с attitudes	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
17.			1	Battement developpe в сочетании с attitudes, arabesques, с окончанием в demi - plie и больших позах	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
18.			1	Battement developpe в сочетании с attitudes, arabesques, с окончанием в demi - plie и больших позах	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
19.			1	Четвертая форма port de bras	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
20.			1	Pirouette из V позиции с окончанием в IV позицию. Preparation к glissade en	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения

				tournent и вращение glissade en tournent по диагонали Preparation к tour en dedans			
21.			1	Pirouette из V позиции с окончанием в IV позицию. Preparation к glissade en tournent и вращение glissade en tournent по диагонали Preparation к tour en dedans	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
22.			1	Pirouette из V позиции с окончанием в IV позицию. Preparation к glissade en tournent и вращение glissade en tournent по диагонали Preparation к tour en dedans	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
23.			1	Pirouette из V позиции с окончанием в IV позицию. Preparation к glissade en tournent и вращение glissade en tournent по диагонали Preparation к tour en dedans	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
24.			1	Tempslevesauteno V позиции с продвижением по диагонали приемом soubresenant	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
25.			1	Tempslevesauteno V позиции с продвижением по диагонали приемом soubresenant	Комбинированное	Хореографический Класс	Наблюдение
26.			1	Tempslevesauteno V позиции с продвижением по диагонали приемом soubresenant	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками

27.			1	Sissonouverte на 45° во всех направлениях Pas de chat	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
28.			1	Sissonouverte на 45° во всех направлениях Pas de chat	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
29.			1	Sissonouverte на 45° во всех направлениях Pas de chat	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
30.			1	Tour en l' air no I позиции. Sisson simple en tournant на 1/2 по ворота в сочетании с шагом coure assemble	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
31.			1	Tour en l' air no I позиции. Sisson simple en tournant на 1/2 по ворота в сочетании с шагом coure assemble	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
32.			1	Tour en l' air no I позиции. Sisson simple en tournant на 1/2 по ворота в сочетании с шагом coure assemble	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
33.			1	Grand pasjete с продвижением вперед по диагонали. Сценический sisson в 1-й arabesque	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
34.			1	Grand pasjete с продвижением вперед по диагонали. Сценический sisson в 1-й arabesque	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
35.			1	Grand pasjete с продвижением вперед по диагонали. Сценический sisson в 1-й arabesque	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
36.			1	Основы классического танца	Итоговое занятие	Хореографический класс	Тестирование
37.			1	Demi plie в характере испанского танца.	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				Battement tendu в характере русского танца. Battement tendu je te в характере русского танца (Урал)		кий класс	
38.			1	Demi plie в характере испанского танца. Battement tendu в характере русского танца. Battement tendu je te в характере русского танца (Урал)	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
39.			1	Rond de jambe par terre в характере литовского танца Battement fondu в характере болгарского танца Веревочка в характере венгерского танца	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
40.			1	Rond de jambe par terre в характере литовского танца Battement fondu в характере болгарского танца Веревочка в характере венгерского танца	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
41.			1	Flic-flac в характере цыганского танца Выступивание в характере испанского, русского, татарского танца	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
42.			1	Flic-flac в характере цыганского танца Выступивание в характере испанского, русского, татарского танца	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
43.			1	Pas tortille одинарное, с ударом стопы Battement devolope в характере цыганского, русского танца Grand battement jeté в характере	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				венгерского танца			
44.			1	Pas tortille одинарное, с ударом стопы Battement devolope в характере цыганского, русского танца Grand battement jeté в характере венгерского танца	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
45.			1	Подготовка к «штопору» «Штопор»	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
46.			1	Подготовка к «штопору» «Штопор»	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
47.			1	Перегибы корпуса Разножки Растяжка	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
48.			1	Перекат – боковой ход с каблука на все стопу и полу пальцы Переборы по 5-ой позиции	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
49.			1	Перекат – боковой ход с каблука на все стопу и полу пальцы Переборы по 5-ой позиции	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
50.			1	Перекат – боковой ход с каблука на все стопу и полу пальцы Переборы по 5-ой позиции	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
51.			1	«Ключ» хлопушечный, «Маятник», «Веревочка», «Ножницы»	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
52.			1	«Ключ» хлопушечный, «Маятник», «Веревочка», «Ножницы»	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
53.			1	«Ключ» хлопушечный, «Маятник», «Веревочка», «Ножницы»	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
54.			1	Основные положения корпуса, ног и	комбинированное	Хореографический	Наблюдение

				головы польского народного танца. Основные положения рук в паре		класс	
55.			1	Основные положения корпуса, ног и головы польского народного танца. Основные положения рук в паре	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
56.			1	«Цвал»; голубцы с притопом; «кшэсаны»; перескок девушки перед юношей от одного плеча к другому, который заканчивается тремя притопами	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
57.			1	«Цвал»; голубцы с притопом; «кшэсаны»; перескок девушки перед юношей от одного плеча к другому, который заканчивается тремя притопами	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
58.			1	«Цвал»; голубцы с притопом; «кшэсаны»; перескок девушки перед юношей от одного плеча к другому, который заканчивается тремя притопами	комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
59.			1	«Цвал»; голубцы с притопом; «кшэсаны»; перескок девушки перед юношей от одного плеча к другому, который заканчивается тремя притопами	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
60.			1	Опускание юноши в колено Повороты на каблуках (женские) Парное вращение	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				с голубцом			
61.			1	Опускание юноши в колено Повороты на каблуках (женские) Парное вращение с голубцом	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
62.			1	Опускание юноши в колено Повороты на каблуках (женские) Парное вращение с голубцом	комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
63.			1	Основные положения корпуса, ног и головы в болгарском народном танце Основные положения рук в массовом танце	комбинированное	Хореографический класс	Опрос
64.			1	Основные положения корпуса, ног и головы в болгарском народном танце Основные положения рук в массовом танце	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
65.			1	Ход на сококе с последующим переступанием на полу пальцах одной ноги и выносом другой согнутой в колене назад Ход вперед с подтягиванием работающей ноги к опорной	комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
66.			1	Ход на сококе с последующим переступанием на полу пальцах одной ноги и выносом другой согнутой в колене назад Ход вперед с подтягиванием работающей ноги к опорной	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
67.			1	Ход на сококе с последующим переступанием на полу пальцах одной ноги и выносом другой согнутой в колене назад Ход вперед с подтягиванием	комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				работающей ноги к опорной			
68.			1	Ход на сококе с последующим переступанием на полу пальцах одной ноги и выносом другой согнутой в колене назад  Ход вперед с подтягиванием работающей ноги к опорной	комбиниро- ванное	Хореог- рафичес- кий класс	Работа над ошибками
69.			1	Ход на сококе с последующим переступанием на полу пальцах одной ноги и выносом другой согнутой в колене назад  Ход вперед с подтягиванием работающей ноги к опорной	комбиниро- ванное	Хореог- рафичес- кий класс	Контроль исполнени- я
70.			1	Переступание крестом и подскоки, ножницы Перескок на одну ногу и удар пяткой другой ноги о пол Сококи по 6-ой позиции вперед назад  Круговое движение ногой по полу	комбиниро- ванное	Хореог- рафичес- кий класс	Наблюде- ние
71.			1	Переступание крестом и подскоки, ножницы Перескок на одну ногу и удар пяткой другой ноги о пол Сококи по 6-ой позиции вперед назад  Круговое движение ногой по полу	Комбини- рованное	Хореог- рафичес- кий класс	Наблюде- ние
72.			1	Переступание крестом и подскоки, ножницы Перескок на одну ногу и удар пяткой другой ноги о пол Сококи по 6-ой позиции вперед назад  Круговое движение ногой по полу	Комбини- рованное	Хореог- рафичес- кий класс	Практиче- ский показ

73.			1	Основы народно-сценического танца	Итоговое	Хореографический класс	Тестирование Наблюдение
74.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдена
75.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль за исполнением
76.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
77.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
78.			1	Разогрев на середине Разогрев в партер Разогрев у станка	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
79.			1	Соединение нескольких центров в сложные геометрические комбинации с более сложными ритмическими структурами	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
80.			1	Соединение нескольких центров в сложные геометрические комбинации с более сложными ритмическими структурами	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
81.			1	Соединение нескольких центров в сложные геометрические комбинации с более сложными ритмическими структурами	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
82.			1	Соединение нескольких центров в сложные геометрические комбинации с	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				более сложными ритмическими структурами			
83.			1	Соединение нескольких центров в сложные геометрические комбинации с более сложными ритмическими структурами	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
84.			1	Соединение нескольких центров в сложные геометрические комбинации с более сложными ритмическими структурами	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
85.			1	Layout Tilt Shimmi соединение с падениями, подъёмами, соединение с поворотами	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
86.			1	Layout Tilt Shimmi соединение с падениями, подъёмами, соединение с поворотами	Комбинированное	Хореографический класс	Творческие задания
87.			1	Layout Tilt Shimmi соединение с падениями, подъёмами, соединение с поворотами	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
88.			1	Layout Tilt Shimmi соединение с падениями, подъёмами, соединение с поворотами	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
89.			1	Layout Tilt Shimmicoединение с падениями, подъёмами,	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение

				соединение с поворотами			
90.			1	Layout Tilt Shimmi соединение с падениями, подъёмами, соединение с поворотами	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
91.			1	Разогрев в партер Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Контроль исполнени я
92.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Творчески е задания
93.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
94.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
95.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие
96.			1	Координация	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Работа над ошибками
97.			1	Переходы из уровня в уровень Кувырки Падения в сочетании с перекатами	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Контроль исполнени я
98.			1	Подъёмы падения Square	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Творчески е задания
99.			1	Координация 3-х, 4-х и более центров соединение с прыжками, вращениями	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Практичес кий показ
100.			1	Вращения	Комбини рованное	Хореог рафичес кий класс	Наблюден ие

101.			1	Прыжки Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
102.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
103.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Наблюдение
104.			1	Разучивание небольшой комбинации на 64 такта	Комбинированное	Хореографический класс	Работа над ошибками
105.			1	Импровизация	Комбинированное	Хореографический класс	Контроль исполнения
106.			1	Импровизация	Комбинированное	Хореографический класс	Творческие задания
107.			1	Импровизация	Комбинированное	Хореографический класс	Практический показ
108.			1	Основы современного танца	Итоговое	Хореографический класс	Тестирование

