

Отдел образования и защиты прав несовершеннолетних
администрации Знаменского района

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Знаменская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании ШМО педагогов дополнительного образования От «30» августа 2023 г Протокол №1	Утверждаю: Директор МБОУ «Знаменская СОШ» <i>Злобина И.В.</i> Злобина И.В. Приказ от «01» сентября 2023г № 486
---	--

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа художественной
направленности
«Развиваемся, танцуя»**

Уровень освоения - стартовый
возраст обучающихся: 7-18 лет
Срок реализации- 4 года

Автор составитель: Климова И.Ю.
Работает по программе: Климова Ирина Юрьевна
педагог дополнительного образования

р.п.Знаменка -2023г

Информационная Карта Программы

1. Учреждение	Первомайский филиал МБОУ «Знаменская СОШ»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Развиваемся, танцуя»
3. Сведение об авторах:	
3.1. Ф.И.О., должность	Климова Ирина Юрьевна, педагог доп. образования
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база:	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».</p> <p>Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.09.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».</p> <p>Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021 г. № 38).</p> <p>Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»</p>

	<p>до 2030 года».</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.).</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»</p>
4.2. Область применения	Дополнительное образование
4.3. Направленность	Художественная
4.4. Тип программы	Модифицированная
4.5. Целевая направленность программы	Образовательная
4.6. Возраст обучающихся по программе	7-18 лет
4.7. Продолжительность обучения	4 года

Блок 1 «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

I. Пояснительная записка.

1.1 Направленность программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Развиваемся, танцуя»-художественной направленности.

1.2.Уровни освоения: уровень освоения –стартовый, в связи с чем предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы; развитие мотивации к определенному виду деятельности

1.3 Актуальность программы определяется тем, что среди видов искусства, оказывающих влияние на развитие художественно-творческих способностей, танец занимает особое место. Музыкальный художественный образ, выраженный в танцевальных движениях, несет в себе различные аспекты эстетического начала, способствующие, в свою очередь, развитию информативной, коммуникативной, нравственно-эстетической и психотерапевтической сфер развития учащихся.

Ритмопластика базируется на основах хореографии – обучении управлять своим телом через работу всех мышц. Постигается это систематическими упражнениями, повторяющимися регулярно в течение всего учебного процесса. Постепенно через умение управлять своими мышцами начинает вырабатываться навык раскрытия эмоционального внутреннего состояния ребенка. Использование на уроках ритмопластики танцевальных композиций, в которых радостное, веселое соседствует с лирическим, спокойным, вырабатывает у детей навык эмоционального регулирования своего состояния, как в момент самого урока, так и вне его.

Занятия, построенные в образной форме, увлекают детей, дают возможность для самовыражения, развития фантазии и веры в свои силы.

Занимаясь ритмопластикой, дети плавно переходят к изучению элементарных азов хореографии: постановке корпуса, ног, рук, головы, работе у станка, *port de bras* для рук и корпуса, к элементам историко-бытовых танцев.

Программа соответствует средним возможностям детей. На занятиях ритмопластикой и хореографией идет формирование двигательных навыков и умений, но это не цель, а средство для развития способностей ребенка. Главное — радость, возможность самовыражения в танце. А эту радость свободы он ощутит тогда, когда научится свободно, легко двигаться в пространстве.

Такая форма занятий, где пластика тела и музыка соединяются в целое, помогает раскрыть потенциальные способности ребенка, создает разностороннюю творческую личность.

В настоящее время современное российское общество испытывает потребность в возрождении и широком приобщении детей к традициям национальной музыкальной культуры. Обращение к духовному опыту человечества, а также к национальной музыкальной культуре способствует нравственно-эстетическому воспитанию детей, развивает чувства взаимопонимания, дружбы, раскрывает творческие способности. Формирование музыкальной культуры, а через нее художественной и эстетической культуры ребенка – актуальнейшая задача сегодняшнего дня.

1.4.Педагогическая целесообразность данной программы определяется ее развивающим потенциалом, использованием на занятиях данного объединения упражнений и тренингов, направленных на развитие умений и навыков не только танцевально-музыкальных способностей, но и актёрского мастерства, что способствует развитию творческого потенциала, формирует способность к глубокому пониманию образного строя танца и умения быть выразительным исполнителем. Все это позволит раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, даст возможность раскрыть свой талант в искусстве хореографии. Занятия в эстрадных танцах помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков. Программа направлена не на подготовку профессионального танцора, а на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

В программе прослеживаются **межпредметные связи** с другими образовательными областями: физической культурой, историей, музыкой.

1.5.Отличительные особенности .

Программа имеет следующие отличительные особенности:

- программа предполагает разные уровни освоения, исходя из диагностики и стартовых возможностей каждого участника программы;
- в рамках программы предусмотрены различные виды творческой деятельности;
- программу могут успешно осваивать дети с различным уровнем музыкальных данных, достигая положительных результатов;

1.6.Адресат программы.

Возраст учащихся: 7-18 лет. Программа разработана для учащихся, которые хотят научиться танцевать, обрести уверенность и умение держаться на сцене.

1.7.Количество учащихся в группе:

наполняемость учебных групп составляет от 8-10 человек.

1.8.Уровень развития:

программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся, без предъявления требований к подготовке учащихся в данной области и уровню образования.

1.9. Условия приема:

набор в группу осуществляется на основе письменного заявления родителей (законных представителей) или через портал ПФДО

1.10. Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 4 года обучения.

Объем программы составляет 864 часа:

1 год обучения: 216 часов в год,

2 год обучения: 216 часов в год,

3 год обучения: 216 часов в год,

4 год обучения: 216 часов в год

1.11. Формы обучения: очная

1.12. Режим занятий:

занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа (45х45) с 10 минутным перерывом между занятиями.

1.13. Формы организации образовательного процесса

Программа предусматривает использование фронтальной, индивидуальной и групповой форм работы с обучающимися.

Фронтальная форма предусматривает подачу учебного материала всему коллективу детей.

Индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу обучающихся.

Она включает оказание помощи каждому ребенку со стороны педагога, это позволяет, не уменьшая активности ребенка, содействовать выработке навыков самостоятельной работы.

В ходе *групповой работы* обучающимся предоставляется возможность построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны других, создавать совместные танцевальные этюды, миниатюры, постановки.

1.14. Формы занятий:

групповая с элементами индивидуальной работы. Эта форма основополагающая, представляет собой творческий процесс, в котором избираются разнообразные варианты решения исполнительских задач, способствует достижению исполнительского мастерства коллектива в целом. Между занятиями предусмотрены 10 – 15 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха. В области преподавания хореографии одно из центральных мест занимает музыка. Музыка помогает определить скорость движения и ритм упражнений, подсказывает характер движения. Занятия с

музыкой более интересны. Бодрая танцевальная мелодия вызывает желание двигаться, создает хорошее настроение. Музыка делает занятия более полноценными и эмоциональными. Музыкальный материал на занятиях должен соответствовать развитию детей, характеру исполняемых ими движений. В конце каждого года обучения проводится отчетное занятие по разделам образовательных программ и отчетный концерт, в котором принимают участие все учащиеся по данной программе, так же предусматривает посещение, участие в конкурсах и фестивалях, регионального и муниципального уровня. Так же программа предполагает возможность участия родителей (законных представителей) в учебном процессе совместно с учащимися: посещение и участие в занятиях (по желанию родителей), анкетирование, родительские собрания, совместные мероприятия .

Большую роль играет индивидуальный подход к каждому ребенку, учитываются его природные хореографические данные, особенности характера и его поведения в объединении. Общим для каждого года обучения является принцип движения от простого к сложному, что предполагает постепенное:

- увеличение физической нагрузки и объемов излагаемого материала;
- усложнение рисунка движений рук и ног, композиций разучиваемых номеров;
- усложнение творческих заданий.

Последовательность изложения тем и количество времени корректируется рабочей программой и может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей учащихся, темы года, участия в конкурсах и фестивалях, концертах.

На первом году обучения повышенное внимание уделяется тренировочным гимнастическим упражнениям на полу и на середине. В первый год обучения важно привить такие навыки, как «вытянутая стопа», «прямая спина».

Простые хореографические движения в разминке и диагонали, а также «партерная гимнастика» способствуют закреплению этих навыков.

Для второго года обучения характерно максимальное развитие природных данных. Это основной этап накопления знаний, умений и навыков.

На третьем и четвертом году обучения стоит задача сохранения этого максимального уровня, так же учащиеся знакомятся с основными законами танцевальной драматургии, овладевают навыками актерского мастерства.

Учащиеся должны стараться сами наполнить содержанием образ.

Импровизация – это одна из главных особенностей данного этапа.

Овладев основными элементами разных танцевальных жанров, дети смогут уверенно исполнять их в различных комбинациях и связках. Таким образом, сформируется лексика танца, которая будет использоваться для выражения внутреннего эмоционального состояния исполнителя, а также развития сценического образа.

II. Цели и задачи образовательной программы

1.1.Цель программы:

создание условий для развития художественно-творческих способностей учащихся посредством хореографического искусства.

удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;

формирование укрепления здоровья, культуры здорового и безопасного образа жизни;

обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;

выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;

формирование общей культуры обучающихся.

1.2.Для достижения этих целей определяем следующие задачи:

Воспитательные:

- сформировать личностные качества: познавательной активности, самостоятельности, коммуникабельности, трудолюбия и стремления к преодолению препятствий;
- сформировать ценностное отношение к активному и здоровому образу жизни;
- воспитать чувство уважения к культуре представителей народов нашей Республики;
- воспитать дисциплинированность, настойчивость, усердие.

Обучающие:

- ознакомить учащихся с правилами техники безопасности и поведения в школе;
- сформировать у учащихся представления о передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;
- способствовать овладению теоретических и практических навыков в танцах;
- обучить основам эстрадного и классического, народного танца;
- ознакомить учащихся с основными хореографическими понятиями;
- способствовать овладению навыка постановочной и концертной деятельности.

Развивающие:

- развить физическое здоровье через систему специальных упражнений (правильная осанка, координации движений, гибкость тела);
- развить музыкально-ритмические способности (музыкальный слух, чувство ритма);
- развить способность творческого выполнения практической деятельности.

III. Содержание программы.

3.1. Учебный план первый год обучения. Модуль 1.

Программа обучения включает в себя следующие разделы:

1. Музыкально-ритмическое воспитание.
2. Упражнения для развития художественно-творческих способностей.
3. Элементы народно-характерного танца.
4. Партерный экзерсис.

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Форма аттестации/контроля
			теорет.	практич	
1.	Вводное занятие	2	2	-	беседа
2.	Музыкально-ритмическое воспитание.	30	4	26	наблюдение
3.	Упражнения для развития художественно-творческих способностей.	34	2	32	диагностика
4.	Элементы народно-характерного танца.	44	2	42	Анализ приобретенных навыков
5.	Партерный экзерсис, ритмопластика	36	4	32	наблюдение
6.	Танцы, хороводы, игры	64	-	64	конкурсы
7.	Резервное время	6	-	6	конкурсы
	Итого:	216	14	202	

3.2. Учебный план первый год обучения. Модуль 2.

Программа обучения включает в себя следующие разделы:

1. Музыкально-ритмическое воспитание.
2. Упражнения для развития художественно-творческих способностей.
3. Элементы народно-характерного танца.
4. Элементы классического танца.
5. Элементы историко-бытового танца.
6. Партерный экзерсис.

№	Наименование	Общее	В том числе	Форма
---	--------------	-------	-------------	-------

			теорет.	практич	
1.	Вводное занятие	2	2	-	беседа
2.	Музыкально-ритмическое воспитание.	22	2	20	Беседа/наблюдение
3.	Упражнения для развития художественно-творческих способностей.	22	2	20	диагностика
4.	Элементы народно-характерного танца.	30	2	28	наблюдение
5.	Элементы классического танца	60	12	48	наблюдение
6.	Элементы историко-бытового танца	14	2	12	наблюдение
7.	Партерный экзерсис.	26	6	20	наблюдение
8.	Постановочная и репетиционная работа.	40	-	40	Практическая работа
	Итого:	216	28	188	

3.3. Учебный план первый год обучения. Модуль 3.

Программа обучения включает в себя следующие разделы:

1. Музыкально-ритмическое воспитание.
2. Упражнения для развития художественно-творческих способностей.
3. Элементы народно-характерного танца.
4. Элементы классического танца.
5. Элементы историко-бытового танца.
6. Партерный экзерсис.

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Форма аттестации/контроля
			теорет.	практич	
1.	Вводное занятие	2	2	-	беседа
2.	Музыкально-ритмическое	8	2	6	Беседа/наблюден

	воспитание				ие
3.	Упражнения для развития художественно-творческих способностей	8	-	8	анализ
4.	Элементы народно-характерного танца	38	8	30	наблюдение
5.	Элементы классического танца	44	10	34	наблюдение
6.	Элементы историко-бытового танца	14	4	10	наблюдение
7.	Партерный экзерсис	40	8	32	наблюдение
8.	Постановочная и репетиционная работа	40	6	34	Практическая работа
9.	Концертная деятельность, резервное время	22	-	22	Практическая работа
	Итого:	216	40	176	

3.4. Учебный план первый год обучения. Модуль 4.

Программа обучения включает в себя следующие разделы:

1. Элементы классического танца.
2. Элементы историко-бытового танца.
3. Элементы народно-характерного танца.
3. Художественно-творческая деятельность, «актерское мастерство».
4. Ритмическая гимнастика и партерный экзерсис.
5. Современный эстрадный, бальный танец.
6. История хореографического искусства.

№	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	В том числе		Форма аттестации/контроля
			теорет.	практич	
1.	Вводное занятие	2	2	-	беседа
2.	Элементы народно-характерного танца.	16	4	12	наблюдение

3.	Элементы классического танца	52	12	40	наблюдение
4.	Элементы историко-бытового танца	20	4	16	наблюдение
5.	Партерный экзерсис.	40	6	34	наблюдение
6.	Художественно-творческая деятельность, «актерское мастерство»	8	-	8	Наблюдение/анализ
7.	Современный эстрадный, бальный танец	12	2	10	наблюдение
8.	История хореографического искусства	6	6	-	Беседа/анкетирование
8.	Постановочная и репетиционная работа.	40	-	40	Практическая работа
9.	Концертная деятельность, резервное время	20	-	20	Практическая работа
	Итого:	216	36	180	

3.5. Содержание учебного плана по модулям.

Модуль1.

Музыкально-ритмическое воспитание

1. Понятие о темпе (быстро, медленно, умеренно). Музыкальный размер - 2/4, 3/4, 4/4. Понятие о такте, затакте. Музыкальная фраза. Динамические оттенки (тихо, громко). Характер музыки (веселый, грустный) – игра «Побежим и потанцуем». Жанр музыки (марш, песня, вальс, полька) – игра «Внимание, музыка!».

2. Пространственные перестроения в зале — колонны, шеренги, диагональ, звездочки, круг, круг внешний и внутренний. («Мы шагаем на парад», игра «Каравай»).

3. Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц («Веселый человечек»):

- напряжение и расслабление групп мышц рук и ног;
- напряжение и расслабление мышц шеи (наклоны головы);
- напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса и др.

Упражнения для развития художественно-творческих способностей

- «Проснулись, потянулись», «Пилим и колем», «Играем со скакалкой и мячом», «На речке»;
- движения в образах любимых героев сказок, мультфильмов;
- выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.);
- изображение в танцевальном шаге и пластике повадок животных («Волшебная поляна»);
- выражение эмоционального состояния через образ – игра «Дружить - не дружить», «Устал», «Остров плакс».

Элементы народно-характерного танца.

Передача манеры и характера русского танца.

Притопы: одинарные, двойные, тройные («Ай, да я!», «Топотушки», «Пляши веселей»).

Хлопки: одинарные, двойные, тройные.

Боковые приставные шаги (с полуприседаниями и без).

Боковой галоп, подскоки.

Выставление ноги вперед, на пятку и на носок («Я кокетливая»).

Партерный экзерсис, ритмопластика.

Комплекс движений в положении сидя и лежа на коврик для снятия нагрузки с позвоночника, укрепления мышц спины, развитие эластичности стоп икроножных мышц, выворотности ног, развития гибкости («Клювик-утюжок», «Ванька-встанька», «Кошка выгибает спину», «Черепашка», «Пила», «Ежик», «Лягушата» и др.)

Танцы, хороводы, музыкальные игры.

«Музыканты» – музыкальная игра.

«Внимание, музыка» – музыкальная игра.

«Приглашение» – музыкальная игра.

- «Лавата» – музыкально-хороводная игра.
- «Чебурашка» – массовый танец.
- «Зимушка» – массовый танец.
- «Барыня» – массовый танец.
- «Танец маленьких утят» – французская песня-танец.
- «Пингвины» – массовый танец.
- «Гопак» – массовый украинский танец и др.

Модуль 2.

Музыкально-ритмическое воспитание

1. Закрепление знаний и навыков полученных ранее.
2. Воспроизведение ритмических рисунков мелодий хлопками, сочетая их с подсчетом.
Понятие затакта, выполнение подготовительных движений на затакт.
Дирижирование под музыкальное сопровождение на 4/4, 3/4, 2/4. Отмечать движением сильные и слабые доли такта.
3. Пространственные перестроения в зале. Повороты на месте вокруг себя вправо, влево. Построение из одного круга в два (внешний и внутренний).

Упражнения для развития художественно-творческих способностей.

1. Составление этюдов по заданной теме.
2. Движения в образах любимых героев книг, мультфильмов.
3. Изображение в пантомиме мир живой и неживой природы.
4. Упражнение «вопрос – ответ», типа перепляса (один ученик задает танцевально-ритмический рисунок («вопрос»), второй отвечает также движением).

Элементы народно-характерного танца.

Положение рук в народном танце.

Позиция ног – VI.

Приставные шаги – с вынесением ноги на каблук, притопы, тройной притоп с двумя последующими переступаниями всей стопой по VI позиции.

«Ковырялочка» (с тройным притопом).

Элементы классического танца.

Основной задачей является постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений классического тренажа у станка и на середине зала, развитие элементарных навыков координации движений

Экзерсис у станка:

- 1. Позиции ног — 1, 2, 3.**

2. Позиции рук — подготовительное положение 1, 2, 3 (вначале изучается на середине зала, при неполной выворотности ног).

3. Понятие *en fasce* (ан фас — прямо, прямое положение корпуса, головы, ног).

4. *Demi-plie* по 1, 2 позициям.

5. *Battement tendu* (батман тендю) с 1 позиции.

6. *Passe par terre* (пассэ партер) через 1 позицию.

7. *Battement tendu jete* (батман тендю жетэ) с 1 позиции.

8. *Releve* (релевэ) лицом к станку по 1 позиции.

Экзерсис на середине зала:

1. Позиции рук: подготовительная, 2, 3.

2. Поклон.

3. *Ipport de bras* (пор де бра) упражнения для рук. Первое *port de bras*.

4. Марш: руки на бедрах, движение начинается с правой ноги, темп движения меняется от медленных шагов к быстрым, затем быстрый бег и т. д.

5. Движения по кругу и по диагонали, из точки 6 в точку 2, из точки 2 в точку 6; из точки 4 в точку 8, из точки 8 в точку 4.

Allegro — прыжки:

1. Трамплинные (по 4 каждый, второй вступает на 4-й, довести до 8).

2. «Пингвины» — прыгать с сокращенной стопой, руки прижаты к телу с сокращенной ладонью.

3. «Зайцы» — 6 позиция, вытянутая стопа бьет по ягодицам, колени прижаты друг к другу, руки вперед перед собой «лапки» или на голове «ушки».

4. *Saute (cote)* по I позиции (лицом к станку).

Элементы историко-бытового танца.

1. Поклоны и реверансы.

2. Положение рук и ног в историко-бытовом танце.

3. Шаги: бытовой (обычный шаг, ставя ногу с каблука на носок); легкий (или танцевальный) — в отличие от бытового шага нога ставится с носка на каблук; на полупальцах.

4. *Pas голопа*.

5. Подскоки.

6. *Pas balanse* (па балансе).

Партерный экзерсис.

Партерный экзерсис состоит из следующих упражнений:

1. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;

2. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;

3. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;

4. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника;

5. Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов;

6. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;
7. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.
8. Упражнения на исправление осанки.

Модуль3.

Музыкально-ритмическое воспитание

1. Закрепление знаний и навыков полученных ранее.
2. Научиться воспроизводить ритмические рисунки мелодий хлопками и притопами.
Дирижирование под музыкальное сопровождение на 4/4, 3/4, 2/4. Отмечать движением сильные и слабые доли такта.
3. Пространственные перестроения в зале. «Фигурный марш».

Упражнения для развития художественно-творческих способностей.

1. Этюды, развивающие способности живо реагировать на изменения условий вымысла.
2. Этюды – пародии. «Изобразить» в действии бытовые приборы, эстрадных артистов.
7. Изображение в пантомиме мира живой и неживой природы.

Элементы народно-характерного танца.

Положение рук, позиции ног в народном танце.

«Гармошка», «Ковырялочка», переменный шаг, притопы одинарные, двойные, тройные.

Особенности исполнения движений русского, белорусского танца.

Элементы классического танца.

Основной задачей является постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений классического тренажа у станка и на середине зала, развитие элементарных навыков координации движений.

Экзерсис у станка:

1. Позиции ног — 1, 2, 3, 5.
2. Понятие направлений *en dehors et en dedans*.
3. *Demi-plie, grand plie* по 1, 2, 5 позициям.
4. *Rond de jambe par terre*.
5. *Sur le cou-de-pied*.
6. *Battement releve lent* на 25°, 45°.
7. *Port de bras* лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. *I port de bras* (пор де бра) упражнения для рук.

2. Движения по кругу и по диагонали.

Allegro — прыжки:

1. Трамплинные.
2. Saute (cote) по I, II, V позиции (лицом к станку).

Элементы историко-бытового танца.

1. Поклоны и реверансы.
2. Положение рук и ног в историко-бытовом танце.
3. Pas галопа, польки.
3. Pas balanse (па балансе).
4. Танцевальные па: «Падеграс», «Русский лирический», «Летка-енька» и др.

Партерный экзерсис.

Упражнения партерной гимнастики в течение года повторяются и дополняются более сложными элементами. Обязательно вводятся игровые комбинации и комбинации движений в образах. Особенное внимание следует уделить упражнениям, исправляющим осанку.

Модуль 4.

Элементы классического танца.

Основной задачей является постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе усвоения основных движений классического тренажа у станка и на середине зала, развитие элементарных навыков координации движений.

Экзерсис у станка:

1. Battement fondu.
2. Battement soutenu.
3. Rond de jambe en l'air.
4. Battement frappe вперед, назад.
5. Grand battement jete.
6. Pas de bourre.
7. Battement developpe.

Экзерсис на середине зала:

1. II *port de bras* (пор де бра) упражнения для рук.
2. Temps lie.
3. Классические позы: I, II arabesque.
4. Вращение по диагонали.

Allegro — прыжки:

1. Pas echappe.
2. Changement de pieds.

3. Pas assemble.

Элементы историко-бытового танца.

Программа четвертого года обучения включает в себя танцы, основанные на элементах, пройденных ранее. Особенно важно добиться общения партнеров в паре, соблюдения четкого рисунка танца. Разбирается рисунок и фигуры танца «Комбинированная полька» и другие.

Элементы народно-характерного танца.

В течение года рекомендуются для обучения следующие элементы русского народного танца: раскрытие и закрытие рук, одинарные и тройные притопы, «ковырялочка», припадания, дробная дорожка. Используются музыкально-пространственные перестроения. Предлагается танцевальный материал из белорусского танца «Крыжачок», знакомство с вращением.

Художественно-творческая деятельность.

1. Этюды-фантазии.
2. Развитие творческого воображения.

Партерный экзерсис.

В течение года вводятся упражнения у палки для растяжки и формирования танцевального шага. Партерный экзерсис усложняется.

Современный эстрадный танец.

Элементы эстрадного танца вводятся в программу обучения постепенно с третьего года обучения в разделе Ритмическая гимнастика в качестве танцевальных комбинаций под современную эстрадную музыку. Включаются элементы акробатики, аэробики, модерн. Танцевальные па: Сударушка, Чарльстон, Вару-вару, Улыбка и др.

История хореографического искусства.

Хореографическое искусство и танцевальный фольклор.

IV. Планируемые результаты

Первый год обучения

Учащиеся будут уметь правильно пройти в такт музыке танцевальным шагом с носка на пятку, сохраняя красивую осанку. Будут различать музыкальные размеры, понимать музыкальные вступления и завершение музыкального произведения. Будут знать основные положения рук и ног, названия простейших танцевальных элементов, соответствующих программе.

Второй год обучения

Обучающиеся будут **знать**:

- основные позиции ног классического танца и народно-характерного;

- основные позиции и положения рук классического и народно-характерного танца;
- основные построения и различные способы перестроений;
- название танцевальных элементов, соответствующих программе.

понимать:

- основные музыкальные термины (ритм, музыкальный размер, такт и затакт);
- значение танцевальных терминов (согласно французской терминологии);

уметь:

- в соответствии с характером музыки выполнять общие движения, ходить танцевальным шагом, сохраняя правильную осанку;
- самостоятельно и организованно строиться и перестраиваться во время движения, делать повороты направо и налево;
- самостоятельно начинать движения после вступления, сохранять дистанцию, останавливаться после ходьбы всем одновременно;
- ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, стоять на полупальцах, приседать на одной ноге, сохраняя равновесие, переносить вес тела с одной ноги на другую, совершать руками разнонаправленные движения;
- правильно исполнить элементы классического, народно-характерного, историко-бытового танца, согласно программе;
- выразительно передавать различные игровые образы и танцевальные движения;
- выразительно и непринужденно исполнять танец, построенный на изученных движениях.

Третий год обучения

Обучающиеся будут **знать:**

- основные позиции ног классического танца и народно-характерного;
- основные позиции и положения рук классического и народно-характерного танца;
- основные построения и различные способы перестроений;
- название танцевальных элементов, соответствующих программе.

понимать:

- основные музыкальные термины;
- значение танцевальных терминов (согласно французской терминологии);

уметь:

- в соответствии с характером музыки выполнять общие движения, ходить танцевальным шагом, сохраняя правильную осанку;
- самостоятельно и организованно строиться и перестраиваться во время движения, делать повороты направо и налево;
- самостоятельно начинать движения после вступления, сохранять дистанцию, останавливаться после ходьбы всем одновременно;
- ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, стоять на полупальцах, приседать на одной ноге, сохраняя равновесие, переносить вес тела с одной ноги на другую, совершать руками разнонаправленные движения;

- правильно исполнить элементы классического, народно-характерного, историко-бытового танца, согласно программе;
- выразительно передавать различные игровые образы и танцевальные движения;
- выразительно и непринужденно исполнять танец, построенный на изученных движениях.

Четвертый год обучения

Обучающиеся будут **знать**:

- основные позиции ног классического танца и народно-характерного;
- движения разучиваемых комплексов ритмической гимнастики;
- основные позиции и положения рук классического и народно-характерного танца;
- основные построения и различные способы перестроений;
- название танцевальных элементов, соответствующих программе.

понимать:

- основные музыкальные термины;
- значение танцевальных терминов (согласно французской терминологии).

уметь:

- в соответствии с характером музыки выполнять общие движения, ходить танцевальным шагом, сохраняя правильную осанку и дистанцию;
- самостоятельно и организованно строиться и перестраиваться во время движения, делать повороты направо и налево;
- самостоятельно начинать движения после вступления, сохранять дистанцию, останавливаться после ходьбы всем одновременно;
- ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, стоять на полупальцах, приседать на одной ноге, сохраняя равновесие, переносить вес тела с одной ноги на другую, совершать руками разнонаправленные движения;
- правильно исполнить элементы классического, народно-характерного, историко-бытового танца, современного танца согласно программе;
- выразительно передавать различные игровые образы и танцевальные движения;
- импровизировать на заданную музыку;
- самостоятельно придумать танцевальную комбинацию и научить исполнять её других детей;
- помогать друг другу осваивать новые движения и упражнения;
- выразительно и непринужденно исполнять танец, построенный на изученных движениях.

Способы отслеживания результатов

Все результаты взаимосвязаны. Проследить легче очевидные результаты. С этой целью в течение учебного года в группах проводятся открытые занятия, где можно увидеть «слабые» и «сильные» стороны в работе каждого ребенка, а так же «слабые места» в программе, которые необходимо изменить, откорректировать.

Мы используем для проверки очевидных результатов: опрос, беседы с детьми и родителями, просмотр и анализ видеозаписей концертных выступлений, фотографирование детей на уроках и концертах, привлечение детей к участию в фестивалях.

«Скрытые» результаты проследить значительно сложнее. Здесь мы используем наблюдение за поведением детей в разных ситуациях, в том числе и «экстремальных» (концертах, конкурсах), и в неофициальных («огоньках», вечерах отдыха, дискотеках). Беседы с родителями и детьми позволяют делать определенные выводы о влиянии занятий ритмопластикой и хореографией на изменения, происходящие с детьми в целом.

Блок №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график (Приложение №1)

Количество учебных недель – 36.

Количество учебных дней – 108.

Дата начала занятий – 1 сентября.

Дата окончания занятий – 31 мая.

2.2. Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение программы и перечень оборудования.

Для результативности хореографических занятий необходимы:

1. танцевальный зал с хорошим половым покрытием, достаточным освещением, зеркалами, станком, а также местом переодевания (раздевалками);
2. наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем
3. музыкальный репертуар и аудиозаписи;
4. костюмерная база, создание которой было бы невозможно без спонсорских средств и участия родителей

Информационное обеспечение

Ноутбук, принтер, мультимедиа-проекторы, музыкальный центр.

Методическое обеспечение

- Библиотека по хореографии: учебно-методическая литература для преподавателей.
- Наглядные пособия: учебные DVD фильмы, CD диски, альбомы, книги по истории танца, персоналии-библиографии.

Электронные образовательные ресурсы (мультимедийные презентации, учебные пособия, интернет-контент).

2.3. Формы аттестации

Программа «Развиваемся, танцуя» включает в себя текущую, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется различными формами:

- практические учебные задания;
- аттестационный открытый урок (класс-концерт);

- тестирование;
- сценические выступления учащихся (участие в концертах, конкурсах, фестивалях и т.п.).

2.4. Оценочные материалы

В процессе реализации программы проводится оценка образовательных результатов. С этой целью разработаны:

№п / п	ФИО учащегося	Определение характера музыки, темпа.	Воспроизведение на хлопках разнообразные ритмические рисунки.	Правила поведения в танцевальном коллективе.	ИТОГ: результат промежуточного контроля (средний результат).
--------	---------------	--------------------------------------	---	--	--

Протокол результатов освоения дополнительной образовательной программы

«Развиваемся, танцуя» I год обучения.

Входящий контроль. группа ____ Педагог ____ уч. год ____

№п/п	ФИО учащегося	Уровень освоения правил по ТБ на занятии.	Наличие природных способностей к танцу.	Информированность в области эстрадных танцев.	ИТОГ: результат входящего контроля.
1					

Протокол результатов освоения дополнительной образовательной программы

«Развиваемся, танцуя» I год обучения.

Текущий контроль группа ____ Педагог ____ уч. год ____

1					

Протокол результатов освоения дополнительной образовательной программы «Развиваемся, танцуя» 1 год обучения.

Промежуточная аттестация. Творческое задание.

группа _____ Педагог _____ уч. год _____

№п / п	ФИО учащегося	Самостоятельное составление танцевальной композиции, подбор соответствующей музыки.	Пластика движения, выворотность, осанка, ритмичность движений.	Правильность исполнения ритмических движений, постановка рук, ног, корпуса.	ИТОГ: результаты промежуточной аттестации.
1					

2.5. Методические материалы

Занятия ритмопластикой и хореографией делятся на несколько видов:

1. Обучающие занятия

На общих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений у станка или танцевального па в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия

Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторе выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других или идет соревнование — игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия

Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь

выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

4. Импровизационная работа

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

На занятиях ритмопластики и хореографии ни одно движение не выполняется как механический разогрев определенных мышц. Занятия в первые два года обучения проводятся в игровой форме, например, тема: «Веселый человек». В этом комплексе дети знакомятся в игровой форме с движениями для всех частей своего тела, заводят волшебным ключиком свои пальчики, ручки, ноги, голову.

Давая тематическое название занятию, педагог импровизирует сам или предоставляет возможность детям самим сочинить собственную сказочную ситуацию и быть на занятии не только исполнителями, но и сочинителями, что вызывает большой интерес к занятию.

2.6. Воспитательный компонент программы

Воспитательная работа в рамках программы «Развиваемся, танцуя» направлена на: воспитание чувства патриотизма и бережного отношения к русской культуре, ее традициям; уважение к высоким образцам культуры других стран и народов; развитие доброжелательности в оценке творческих работ товарищей и критическое отношение к своим работам; воспитание чувства ответственности при выполнении своей работы.....

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в мероприятиях города, учреждения, объединения: благотворительных акциях, творческих концертах, фестивалях, олимпиадах, мастер-классах, ; конкурсных программах различного уровня.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	День знаний 1 сентября. Подготовка номеров.	очная	сентябрь
2	Школьный концерт , посвященный дню учителя.	очная	октябрь
3	Участие во флеш-мобах, акциях.	заочная	Ноябрь
4	Участие в районном концерте	очная	Ноябрь
5	Муниципальный этап фестиваля детского художественного творчества «Тамбовский край –	заочная	Декабрь-январь

	земля талантов»		
6	Участие в новогодних вечерах.	очная	Декабрь
7	Муниципальный этап областного конкурса детских хореографических коллективов «Здравствуй, Мир!»	Заочная/очная	Январь-февраль
8	Муниципальный этап XX регионального конкурса одаренных детей системы дополнительного образования детей «Звездочки Тамбовщины»	Заочная/очная	Январь-март
9	Участие в районном благотворительном концерте «Мы видим в вас Героев славных»	очная	февраль
10	Участие в районном концерте	очная	март
11	Зональный этап региональной олимпиады обучающихся в системе дополнительного образования	Заочная/очная	март 2022
12	Муниципальный этап регионального этапа детско-юношеского музыкального фестиваля-конкурса «За други своя»	Заочная/очная	апрель
13	Фестиваль «Российская школьная весна»	Заочная/очная	апрель
14	Районный концерт ,посвященный 9 мая	очная	май
15	патриотические акции,посвященные 9 мая	очная	май
16	Линейка,посвященная «Последнему звонку»	очная	май

2.7. Список литературы

для педагога:

- 1.Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- 2.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.09.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- 3.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021 г.№ 38).

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.).
6. Барышникова Т. Азбука хореографии. М: Рольф 1999
7. Буйлова Л.Н., Кленова Н.В. Дополнительное образование в современной школе. М: “Сентябрь” 2004
8. Ваганова А.Я. Основа классического танца. Л: “Искусство”, 1980
9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. М: Владос, 2003
10. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. Л: 1981
11. Практическое пособие по хореографии. (Автор-составитель Шалар Т.О.). Мозырь: ООО ИД “Белый Ветер”, 2002
12. Резникова З. Танцуем и играем. М: Советская Россия, 1965
13. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальные движение. М: Просвещение. 1972
14. Современная психология. (Под ред. Дружинина В.Н.). М: “Инфра-М “, 1999
15. Чупаха И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. М: “Илекса” 2001
16. Эстетическое воспитание детей и учащейся молодежи. Сборник программных материалов. (Под ред. Котиковой О.П.) Минск: “Университетское” 2000

для обучающихся:

1. Аркина Н. Балет и литература.- М.; Знание, 2015г.
2. Балет: Энциклопедия.- М.: Сов. Энциклопедия, 2016г.
3. Карп П. Младшая муза. – М.: Дет. лит., 2014г.
4. Пасютинская В. Волшебный мир танца: Кн. для учащихся. – М.: Просвещение, 2013г.

Интернет ресурсы:

1. <http://dance123.ru/> - сайт Танцевальный словарь содержит информацию по истории развития танцевальных стилей и массовых танцевальных образцов, определение и описание техники исполнения многочисленных танцевальных терминов, характеристику танцев разных народов, эпох.
2. <http://www.youtube.com/user/bolshoi/featured> - официальный канал Государственного академического Большого театра России, представляет оперы, балетные спектакли русской и западной классики (включая признанные шедевры 20-го века), и специальных работ по заказу.
3. <http://mariinsky.tv> - медиавещание Мариинского театра. На сайте ведутся онлайн трансляции концертов, спектаклей. Mariinsky.tv содержит раздел видеoarхив, включающий в себя видеоматериалы концертов, спектаклей, репетиций, интервью со звёздами балета, выдающимися хореографами, театральными деятелями.
4. <http://www.horeograf.com/knigi> - на сайте представлено всё для хореографов (методическая литература, публикации, статьи, видео и аудио материалы).
5. <http://video-dance.ru/> - уроки танцев всех стилей и направлений онлайн.
6. <http://dancce.ru/swing/rock-and-roll/> - уроки танцев онлайн.
7. <http://need4dance.ru/> - энциклопедия по хореографии, сайт содержит информацию по истории появления и развития различных стилей и направлений хореографии, узнать основные движения разных танцев, ознакомиться с известными коллективами и людьми оказавшими большое влияние на развитие различных жанров хореографического искусства.
8. <http://sport-lessons.com/> - спортивные уроки онлайн.
9. http://www.youtube.com/channel/UCwdl_G0ghsXcRcVhRVCMzLQ - канал о гимнастике, состоящей из аэробных упражнений под ритмичную музыку, которая помогает следить за ритмом выполнения упражнений.
10. <http://www.youtube.com/channel/UCu0op9WasZt-XUvtTY2GdPw/featured> - канал представляет видеоматериалы по различным сочетаниям и системам физических упражнений, составляющих основу и содержание видов спорта, входящих в программы физического воспитания в учебных заведениях

Приложение №1.

Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Развиваемся, танцуя»

год обучения: 1 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				Групповое занятие	2	<i>Вводное занятие. Инструктаж по ТБ</i>	Танцевальный класс 204 каб.	вводный
					30	<i>Музыкально-ритмическое воспитание.</i>		
				Групповое занятие	2	Понятие о темпе (быстро, медленно, умеренно)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Понятие о темпе (быстро, медленно, умеренно)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Музыкальный размер - 2/4, 3/4, 4/4.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Музыкальный размер - 2/4, 3/4, 4/4.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Понятие о такте, затакте.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Музыкальная фраза.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Динамические оттенки (тихо, громко).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Характер музыки (веселый, грустный) – игра «Побежим и потанцуем».	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Характер музыки (веселый, грустный) – игра «Побежим и потанцуем».	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Пространственные построения в зале —	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

						колонны, шеренги, диагональ, звездочки, круг, круг внешний и внутренний. («Мы шагаем на парад», игра «Каравай»).	каб.	
				Групповое занятие	2	Жанр музыки (марш, песня, вальс, полька) – игра «Внимание, музыка!».	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц («Веселый человечек»)- напряжение и расслабление групп мышц рук и ног;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц («Веселый человечек»)- напряжение и расслабление групп мышц рук и ног;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц («Веселый человечек»)- напряжение и расслабление мышц шеи (наклоны головы);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц («Веселый человечек»)- напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса и др.	Танцевальный класс 204 каб.	рубежный
					34	Упражнения для развития художественно-творческих способностей.		
				Групповое занятие	2	Игра «Проснулись, потянулись», «Пилим и колем», «Играем со скакалкой и мячом», «На речке»;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	движения в образах любимых героев сказок, мультфильмов;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	изображение в танцевальном шаге и пластике повадок животных («Волшебная поляна»);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Игра «Проснулись, потянулись», «Пилим и колем», «Играем со скакалкой и мячом», «На речке»;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение эмоционального состояния через образ – игра «Дружить - не дружить», «Устал», «Остров плакс».	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	движения в образах любимых героев сказок, мультфильмов;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	изображение в танцевальном шаге и пластике повадок животных («Волшебная поляна»);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	движения в образах любимых героев сказок, мультфильмов;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	изображение в танцевальном шаге и пластике повадок животных («Волшебная поляна»);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Игра «Проснулись, потянулись», «Пилим и колем», «Играем со скакалкой и мячом», «На речке»;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	изображение в танцевальном шаге и пластике повадок животных («Волшебная поляна»);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.);	Танцевальный класс 204 каб.	рубежный
					44	<i>Элементы народного танца.</i>		
				Групповое занятие	2	Положение рук в народном танце.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Положение рук в народном танце.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – I.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Позиция ног – I.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Приставные шаги – с вынесением ноги на каблук, притопы, тройной притоп с двумя последующими переступаниями всей стопой.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Приставные шаги – с вынесением ноги на каблук, притопы, тройной притоп с двумя последующими переступаниями всей стопой .	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – II	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – II	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Приседание	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – III	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – III	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ковырялочка» (с тройным притопом).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – IV	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – IV	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ковырялочка» (с тройным притопом).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – V	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – V	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Передача манеры и характера русского танца.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

							каб.	
				Групповое занятие	2	Притопы: одинарные, двойные, тройные («Ай, да я!», «Топотушки», «Пляши веселей»).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Хлопки: одинарные, двойные, тройные.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Боковые приставные шаги(с полуприседаниями и без). Боковой галоп, подскоки.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Выставление ноги вперед, на пятку и на носок («Я кокетливая»).	Танцевальный класс 204 каб.	рубежный
					36	<i>Партнерный экзерсис, ритмопластика</i>		
				Групповое занятие	2	Комплекс движений в положении сидя и лежа на коврик для снятия нагрузки с позвоночника.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Укрепления мышц спины, развитие эластичности стоп икроножных мышц.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Выворотности ног, развития гибкости («Клювик-утюжок»)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ванька-встанька», «Кошка выгибает спину»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Черепашка», «Пила»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ежик», «Лягушата»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Комплекс движений в положении сидя и лежа на коврик для снятия нагрузки с позвоночника.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Комплекс движений в положении сидя и лежа на коврик для снятия нагрузки с позвоночника.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Выворотности ног, развития гибкости («Клювик-утюжок»)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	«Черепашка», «Пила»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Комплекс движений в положении сидя и лежа на коврике для снятия нагрузки с позвоночника.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Укрепления мышц спины, развитие эластичности стоп икроножных мышц.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ежик», «Лягушата»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ванька-встанька», «Кошка выгибает спину»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Комплекс движений в положении сидя и лежа на коврике для снятия нагрузки с позвоночника.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Выворотности ног, развития гибкости («Клювик-утюжок»)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ванька-встанька», «Кошка выгибает спину»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Черепашка», «Пила»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	64	Танцы, хороводы, игры	Танцевальный класс 204 каб.	Итоговый
					6	Резервное время		Итоговый
					216			

год обучения: 2 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				Групповое	2	<i>Вводное занятие.</i>	Танцева	вводный

				занятие		<i>Инструктаж по ТБ</i>	льный класс 204 каб.	
					22	<i>Музыкально-ритмическое воспитание.</i>		
				Групповое занятие	2	Повторение о темпе (быстро, медленно, умеренно)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Повторение. Музыкальный размер - 2/4, 3/4, 4/4.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Воспроизведение ритмических рисунков мелодий хлопками, сочетая их с подсчетом.		
				Групповое занятие	2	Повторение о такте, затакте.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Понятие затакта, выполнение подготовительных движений на затакт.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Дирижирование под музыкальное сопровождение на 4/4, 3/4, 2/4. Отмечать движением сильные и слабые доли такта.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Характер музыки (веселый, грустный) – игра «Побежим и потанцуем».	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Пространственные перестроения в зале. Повороты на месте вокруг себя вправо, влево. Построение из одного круга в два (внешний и внутренний)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Жанр музыки (марш, песня, вальс, полька) – игра «Внимание, музыка!».	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц («Веселый человечек»)-напряжение и расслабление групп мышц рук и ног;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц («Веселый человечек»)-напряжение и расслабление мышц шеи (наклоны головы);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					22	<i>Упражнения для развития художественно-творческих способностей.</i>		
				Групповое занятие	2	Игра «Проснулись, потянулись», «Пилим и колем», «Играем со скакалкой и мячом», «На речке»;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Составление этюдов по заданной теме	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	движения в образах любимых героев сказок, мультфильмов;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	изображение в танцевальном шаге и пластике повадок животных («Волшебная поляна»);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение эмоционального состояния через образ – игра «Дружить - не дружить», «Устал», «Остров плакс».	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	движения в образах любимых героев сказок, мультфильмов;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	выражение в движениях отношения к природе живой и неживой (цветы, деревья, солнце, туча и др.)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	изображение в танцевальном шаге и пластике повадок животных («Волшебная поляна»);	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнение «вопрос – ответ», типа перепляса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	движения в образах любимых героев сказок, мультфильмов;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					30	<i>Элементы народно-характерного танца.</i>		
				Групповое занятие	2	Положение рук в народном танце.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – I.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Приставные шаги – с вынесением ноги на каблук, притопы, тройной притоп с двумя последующими переступаниями всей стопой.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – II	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Приседание	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – III	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ковырялочка» (с тройным притопом).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – IV	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ковырялочка» (с тройным притопом).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – V	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Приставные шаги – с вынесением ноги на каблук, притопы, тройной притоп с двумя последующими	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

						переступаниями всей стопой по VI позиции		
				Групповое занятие	2	Притопы: одинарные, двойные, тройные («Ай, да я!», «Топотушки», «Пляши веселей»).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Хлопки: одинарные, двойные, тройные.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Боковые приставные шаги(с полуприседаниями и без). Боковой галоп, подскоки.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Выставление ноги вперед, на пятку и на носок («Я кокетливая»).	Танцевальный класс 204 каб.	рубежный
					60	<i>Элементы классического танца</i>		
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Позиции ног — 1, 2, 3	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Позиции рук — подготовительное положение 1, 2, 3 (вначале изучается на середине зала, при неполной выворотности ног).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Понятие en fasse (ан фас — прямо, прямое положение корпуса, головы, ног).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Demi-plie по 1, 2 позициям.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Battement tendu (батман тендю) с 1 позиции.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Passe par terre (пассэ партер) через 1 позицию.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Battement tendu jete (батман тендю жетэ) с 1 позиции.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Releve (релевэ) лицом к станку по 1 позиции.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Позиции рук: подготовительная, 2, 3.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала Поклон.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Iport de bras (пор де бра) упражнения для рук. Первое port de bras	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Марш	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Движения по кругу и по диагонали, из точки 6 в точку 2, из точки 2 в точку 6; из точки 4 в точку 8, из точки 8 в точку 4.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Трамплинные (по 4 каждый, второй вступает на 4-й, довести до 8).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: «Пингвины» — прыгать с сокращенной стопой, руки прижаты к телу с сокращенной ладонью.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: «Зайцы» — 6 позиция, вытянутая стопа бьет по ягодицам, колени прижаты друг к другу, руки вперед перед собой «лапки» или на голове «ушки».	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Saute (соте) по I позиции (лицом к станку).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Повторение позиций у станка: ног, рук и т.д.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Повторение позиций у станка: ног, рук и т.д.	Танцевальный класс	текущий

							класс 204 каб.		
				Групповое занятие	2	Повторение.Экзерсис середине зала.	на	Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Повторение.Экзерсис середине зала.	на	Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Марш		Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Движения по кругу и по диагонали, из точки 6 в точку 2, из точки 2 в точку 6; из точки 4 в точку 8, из точки 8 в точку 4.		Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Трамплинные (по 4 каждый, второй вступает на 4-й, довести до 8).		Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: «Пингвины» — прыгать с сокращенной стопой, руки прижаты к телу с сокращенной ладонью		Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: «Зайцы» — 6 позиция, вытянутая стопа бьет по ягодицам, колени прижаты друг к другу, руки вперед перед собой «лапки» или на голове «ушки».		Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Saute (cote) по I позиции (лицом к станку).		Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Повторение позиций у станка:ног,рук и т.д.		Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Повторение.Экзерсис середине зала.	на	Танцева льный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Saute (cote) по I позиции (лицом к станку).		Танцева льный класс 204 каб.	текущий

					14	Элементы историко-бытового танца		
				Групповое занятие	2	Поклоны и реверансы.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Положение рук и ног в историко-бытовом танце	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Шаги: бытовой (обычный шаг, ставя ногу с каблука на носок); легкий (или танцевальный)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Рас голопа	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Подскоки.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	б. Pas balanse (па балансе).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Итоговое занятие по теме Элементы историко-бытового танца	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					26	Партнерный экзерсис		
				Групповое занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	Танцевальный класс	текущий

							204 каб.	
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на исправление осанки	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	40	<i>Постановочная и репетиционная работа</i>	Танцевальный класс 204 каб.	
					216			

год обучения: 3 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				Групповое занятие	2	<i>Вводное занятие.</i>	Танцевальный класс	вводный

						<i>Инструктаж по ТБ</i>	204 каб.	
					8	<i>Музыкально-ритмическое воспитание.</i>		
				Групповое занятие	2	Закрепление знаний и навыков полученных ранее	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Воспроизведение ритмических рисунков мелодий хлопками и притопами. Дирижирование под музыкальное сопровождение на 4/4, 3/4, 2/4	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Пространственные перестроения в зале. «Фигурный марш»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Пространственные перестроения в зале. «Фигурный марш»	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					8	<i>Упражнения для развития художественно-творческих способностей.</i>		
				Групповое занятие	2	Этюды, развивающие способности живо реагировать на изменения условий вымысла	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Этюды – пародии. «Изобразить» в действии бытовые приборы, эстрадных артистов	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Изображение в пантомиме мира живой и неживой природы	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Игра	Танцевальный класс 204 каб.	итоговый
					38	<i>Элементы народно-характерного танца.</i>		
				Групповое занятие	2	Положение рук в народном танце.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – I.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Приставные шаги – с вынесением ноги на каблук, притопы, тройной притоп с двумя последующими переступаниями всей стопой.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Приставные шаги – с вынесением ноги на каблук, притопы, тройной притоп с двумя последующими переступаниями всей стопой .	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – II	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – II	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Приседание	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – III	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – III	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Ковырялочка» (с тройным притопом).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – IV	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – IV	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«Гармошка» (с тройным притопом).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – V	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Позиция ног – V	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Передача манеры и характера русского танца.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Особенности исполнения движений русского, белорусского танца	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Особенности исполнения движений белорусского	Танцевальный класс	текущий

						танца	204 каб.	
				Групповое занятие	2	Особенности исполнения движений белорусского танца	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					44	<i>Элементы классического танца</i>		
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Позиции ног — 1, 2, 3,5	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Позиции ног — 1, 2, 3,5	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Понятие направлений en dehors et en dedans.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Понятие направлений en dehors et en dedans.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Demi-plie, grand plie по 1, 2, 5 позициям.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Demi-plie, grand plie по 1, 2, 5 позициям.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Rond de jambe par terre.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Rond de jambe par terre.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Sur le cou-de-pied.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Sur le cou-de-pied.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Battement releve lent на 25о, 45о.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Battement releve lent на 25о, 45о.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Port de bras лицом к станку	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Port de bras лицом к станку	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала: I port de bras (пор де бра)	Танцевальный класс	текущий

						упражнения для рук.	204 каб.	
				Групповое занятие	2	Движения по кругу и по диагонали.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Движения по кругу и по диагонали.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Трамплинные.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Трамплинные.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Saute (cote) по I, II, V позиции (лицом к станку).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Saute (cote) по I, II, V позиции (лицом к станку).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Итоговое занятие	Танцевальный класс 204 каб.	Промежуточный контроль
					14	<i>Элементы историко-бытового танца</i>		
				Групповое занятие	2	Поклоны и реверансы.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Положение рук и ног в историко-бытовом танце	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Шаги: бытовой (обычный шаг, ставя ногу с каблука на носок); легкий (или танцевальный)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Pas голопа	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Подскоки.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Pas balanse (па балансе).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Танцевальные па: «Падеграс», «Русский лирический», «Летка-енька» и др	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					40	<i>Партнерный экзерсис</i>		

				Групповое занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на исправление осанки	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	40	<i>Постановочная и репетиционная работа</i>	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Концерты, фестивали, участие в конкурсах	22	<i>Концертная деятельность, резервное время</i>		
					216			

год обучения: 4 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				Групповое занятие	2	<i>Вводное занятие. Инструктаж по ТБ</i>	Танцевальный класс 204 каб.	вводный
					16	<i>Элементы народно-характерного танца.</i>		
				Групповое занятие	2	элементы русского народного танца: раскрывание и закрывание рук, одинарные и тройные притопы,	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«ковырялочка», припадания, дробная дорожка	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Использование музыкально-пространственных перестроений	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	элементы русского народного танца: раскрывание и закрывание рук, одинарные и тройные притопы,	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	«ковырялочка», припадания, дробная дорожка	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Белорусский танец «Крыжачок», знакомство с вращением.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Белорусский танец «Крыжачок», знакомство с вращением.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Использование музыкально-пространственных перестроений	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					52	<i>Элементы классического танца</i>		
				Групповое занятие	2	Экзерсис у станка: Позиции ног — 1, 2, 3,5	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Понятие направлений en dehors et en dedans.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Demi-plie, grand plie по 1, 2, 5 позициям.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Rond de jambe par terre.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Sur le cou-de-pied.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Battement releve lent на 25о, 45о.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Port de bras лицом к станку	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Battement fondu.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Battement soutenu.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Rond de jambe en l'air	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Battement frappe вперед, назад.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Grand battement jete.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Pas de bourre.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Battement developpe	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Экзерсис на середине зала: I port de bras (пор де бра) упражнения для рук.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Движения по кругу и по диагонали.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	II port de bras (пор де бра) упражнения для рук.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Temps lie.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Классические позы: I, II arabesque.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Вращение по диагонали.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Трамплинные.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Saute (cote) по I, II, V позиции (лицом к станку).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Allegro — прыжки: Pas echappe.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Changement de pieds.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Pas assemble.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Итоговое занятие	Танцевальный класс 204 каб.	Промежуточный контроль
					20	Элементы историко-бытового танца		
				Групповое занятие	2	Поклоны и реверансы.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Положение рук и ног в историко-бытовом танце	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Шаги: бытовой (обычный шаг, ставя ногу с каблука на носок); легкий (или танцевальный)	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Pas голопа	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Подскоки.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Pas balanse (па балансе).	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Танцевальные па: «Падеграс», «Русский лирический», «Летка-енька» и др	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Разбор рисунков и фигуры танца «Комбинированная полька» и другие	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Разбор рисунков и фигуры танца «Комбинированная	Танцевальный класс 204	текущий

						полька» и другие	каб.	
				Групповое занятие	2	Разбор рисунков и фигуры танца «Комбинированная полька» и другие	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					40	<i>Партнерный экзерсис</i>		
				Групповое занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на исправление осанки	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					8	<i>Художественно-творческая деятельность, актерское мастерство</i>		
				Групповое занятие	2	Этюды-фантазии.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Этюды-фантазии.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Развитие творческого воображения	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Развитие творческого воображения	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					12	<i>Современный эстрадный, бальный танец</i>		
				Групповое занятие	2	Понятие -современный эстрадный, бальный танец	Танцевальный класс 204 каб.	текущий

				Групповое занятие	2	Ритмическая гимнастика в качестве танцевальных комбинаций под современную эстрадную музыку. Включаются элементы акробатики, аэробики, модерн	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Ритмическая гимнастика в качестве танцевальных комбинаций под современную эстрадную музыку. Включаются элементы акробатики, аэробики, модерн	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Танцевальные па: Сударушка, Чарльстон, Вару-вару, Улыбка и др.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Танцевальные па: Сударушка, Чарльстон, Вару-вару, Улыбка и др.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Танцевальные па: Сударушка, Чарльстон, Вару-вару, Улыбка и др.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
					6	<i>История хореографического искусства</i>		
				Групповое занятие	2	Хореографическое искусство и танцевальный фольклор	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Хореографическое искусство и танцевальный фольклор	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	2	Хореографические традиции своего региона.	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Групповое занятие	40	<i>Постановочная и репетиционная работа</i>	Танцевальный класс 204 каб.	текущий
				Концерты, фестивали, участие в конкурсах	20	<i>Концертная деятельность, резервное время</i>		
					216			

