

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ КСТОВСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДВОРЕЦ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

РАССМОТРЕНО на  
педагогическом совете  
МАУ ДО ДДЮТ  
«01» сентября 2023 г.  
протокол № 1



УТВЕРЖДЕНО:  
приказом № 324 от 01.09.2023 г.  
Директор МАУ ДО ДДЮТ  
Е.А.Каменских

Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа

«ВДОХНОВЕНИЕ»

направленность: художественная  
возраст обучающихся с 5 до 10 лет  
срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:  
**Мартынова Екатерина Андреевна**  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории;  
**Канянина Татьяна Ивановна**,  
доцент кафедры информационных  
технологий ГБОУ ДПО НИРО,  
кандидат педагогических наук.

## 1. Пояснительная записка

Хореографическое искусство необычайно популярно во всём мире. Национально своеобразное у каждого народа, оно, вместе с тем, не требует перевода на другие языки и понятно всем людям. Занятие танцем не только учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, но и помогает развитию образного мышления, фантазии, коммуникативных качеств, расширяет кругозор и даёт возможность духовно-нравственного развития личности.

Всё это делает данную дополнительную общеобразовательную (общеразвивающую) программу **актуальной**, так как она разработана для приобщения детей к огромному и разнообразному миру танца.

Программа имеет **художественную направленность**, является **комплексной**, основанной на материале книг и пособий, созданных профессионалами в области хореографии.

**Новизна** программы заключается в компиляции сразу нескольких направлений хореографического искусства: классического, русского народного и эстрадного (позднее - современного) танца. Такое слияние даёт наиболее благоприятный результат для развития танцевальных способностей детей, позволяя ребенку реализовать себя и свои возможности в нескольких направлениях и найти ту «нишу» творческого воплощения, где он может проявить себя наиболее ярко.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в создании условий для творческого развития и самовыражения личности ребенка посредством танца.

**Цель программы:** физическое и духовно-нравственное воспитание детей, через развитие их творческих способностей посредством обучения основам хореографического искусства.

### **Задачи программы:**

#### *Образовательные:*

- ✓ приобретение знаний в области хореографического искусства, изучение истории танцевальной культуры;
- ✓ приобретение исполнительских навыков основ классической, народной и современной хореографии;
- ✓ обучение воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы;

#### *Развивающие:*

- ✓ развитие общей физической подготовки и танцевальных данных воспитанников;
- ✓ развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности;
- ✓ развитие творческого мышления детей;

- ✓ развитие коммуникативных качеств воспитанников;

*Воспитательные:*

- ✓ привитие интереса к традициям и культуре России;
- ✓ формирование сценической культуры, развитие художественного вкуса воспитанников;
- ✓ формирование общей культуры личности ребенка.

При необходимости, изучение программного материала может быть проведено при помощи дистанционных средств обучения: онлайн занятий и публикации видео материалов. Однако, следует отметить, что при таком способе обучения, качество получаемого образования может существенно пострадать.

**Адресат программы:** В группу первого года обучения принимаются дети *от 5 до 7 лет*.

**Количественный состав учебных групп:** от 15 – 20 человек в группе первого года обучения до 12 – 15 человек в группах последующих лет обучения. Ритм обучения устанавливается педагогом в зависимости от способностей и начальной подготовки обучающихся.

**Объём и сроки реализации:** 5 лет последовательного обучения детей, не проходящих специального отбора. *1 год – 144ч., 2-5 годы – 216ч.*

Программа построена с учётом возрастных особенностей детей и предполагает системное, последовательное, доступное изучение материала с постепенным возрастанием нагрузок и усложнением предлагаемых упражнений.

**Режим занятий:** Занятия проводятся 2 (для первого года обучения) и 3 (для последующих лет обучения) раза в неделю. Длительность одного занятия - 2 учебных часа (1 учебный час для детей до 8 лет составляет 30 мин., для детей старше 8 лет – 45 мин.). Материал программы для 2-5 годов обучения разбит на два модуля.

**Ожидаемые результаты программы:** Итогом реализации программы является не просто наличие у детей определённого танцевального мастерства, но и развитие их творческой активности и самостоятельности.

Поскольку дети, приходящие заниматься, не проходят предварительного отбора, то они сильно отличаются друг от друга по своим физическим и танцевальным данным. Часть из них обладает большими способностями и склонностью к хореографическому искусству. Чтобы дать таким детям возможность более полно развить свой потенциал, в коллективе может быть организован ансамбль.

**Ансамбль** – форма работы с наиболее способными воспитанниками. Это дополнительные занятия, проводимые в свободные от общих занятий дни. Они призваны дать возможность отдельным воспитанникам коллектива развить свой талант, подготовиться к выступлениям на конкурсах и фестивалях. Дополнительные ансамблевые занятия могут быть использованы для объединения разных групп

коллектива в общей постановке или для выполнения «социального заказа», то есть разучиванию танцевальных композиций специально для массовых мероприятий (например, новогодних представлений).

Количество детей на занятиях ансамбля, их возрастной состав, зависит от педагога-хореографа, который руководствуется замыслом разучиваемой танцевальной постановки. На занятия ансамбля отводится 2 или 4 часа в неделю, в зависимости от количества детей, готовых посещать эти занятия. Посещать ансамбль могут воспитанники, начиная с третьего года обучения в коллективе.

Любая работа с детьми не может обойтись без помощи родителей. Именно они являются главными воспитателями подрастающего поколения. Поэтому для успешной работы танцевального коллектива необходимо постоянное взаимодействие педагога, детей и их родителей, осуществляемая в том числе через средства информационных коммуникационных технологий.

В течение учебного года могут быть проведены следующие мероприятия с участием родителей:

- ✓ родительские собрания;
- ✓ открытые уроки;
- ✓ индивидуальные беседы;
- ✓ ведение блога;
- ✓ совместная работа по пошиву костюмов;
- ✓ совместные экскурсии, посещение концертов;
- ✓ творческие и праздничные вечера;
- ✓ концертные программы;
- ✓ выезды на конкурсы и фестивали.

Обучающиеся, прошедшие предлагаемую программу в полном объёме, имеют возможность остаться в коллективе. Для них разработаны дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы «Танцуем с вдохновением» и «Моё вдохновение», с помощью которых все желающие могут продолжить свой путь в прекрасный мир танца.

## 2. Учебный план

### 1 модуль

№	Название темы/раздела программы	1 год обучения				2 год обучения				3 год обучения				4 год обучения				5 год обучения				Итого	
		Всего	Теория	Практика	Аттестация																		
1	Вводное занятие	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	1	0	10	
2	Ритмика	36	6	28	2	28	2	24	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	64
3	Итоговое занятие	2	1	1	0	2	1	1	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4
4	Партерная гимнастика	46	6	38	2	34	4	28	2	28	2	24	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	108
5	Гимнастика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	38	2	34	2	30	2	26	2	-	68
6	Итоговое занятие	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	1	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
7	Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры	10	2	8	0	10	1	9	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20
8	Рисунок танца	10	1	8	1	8	1	6	1	8	1	6	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	26
9	Классический	10	1	8	1	18	2	14	2	40	4	34	2	40	4	34	2	44	4	38	2	152	

	танец																					
10	Итоговое занятие	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	1	0	2	1	1	0	10
11	Народный танец	-	-	-	-	18	2	14	2	40	4	34	2	40	4	34	2	44	4	38	2	142
12	Танцевальные этюды	22	4	16	2	18	2	14	2	20	4	14	2	-	-	-	-	-	-	-	-	60
13	Импровизация	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	2	16	2	20	2	16	2	40
14	Итоговое занятие	2	0	0	2	2	0	0	2	2	0	0	2	2	0	0	2	2	0	0	2	10
<b>Итого</b>		<b>144</b>				<b>144</b>				<b>144</b>				<b>144</b>				<b>144</b>				<b>720</b>

## 2 модуль

№	Название темы/раздела программы	2 год обучения				3 год обучения				4 год обучения				5 год обучения				Итого
		Всего	Теория	Практика	Аттестация													
1	Партерный экзерсис	28	2	22	2	20	2	16	2	-	-	-	-	-	-	-	-	72
2	Эстрадный танец	16	2	12	2	26	4	20	2	-	-	-	-	-	-	-	-	62

3	Современная хореография	-	-	-	-	-	-	-	-	20	2	16	2	22	2	18	2	42
4	Постановочная работа	12	4	8	0	10	4	6	0	22	4	18	0	20	4	16	0	76
5	Репетиционная работа	12	2	10	0	10	2	8	0	20	2	18	0	20	0	20	0	74
6	Сценическая практика	4	0	4	0	6	0	6	0	10	0	10	0	10	0	10	0	34
<b>Итого</b>		72				72				72				72				360

### 3. Содержание учебного плана

#### 1 год обучения

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Техника безопасности на занятиях. Правила поведения в кабинете.	Разучивание приветственного поклона. Разминка. Освоение пространства танцевального зала.
<b>Ритмика – 36 часов</b>			
2	Ритмичные, согласованные движения рук, ног и головы.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
3	Пружинящие и перекрёстные шаги сторону.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
4	Пружинящие шаги вперёд-назад.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
5	Понятие «противоход».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
6	Упражнения на баланс.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
7	Различные потягивания в сторону и вперёд.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
8	Ритмичные шаги на месте и с поворотом.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
9	Простые прыжки на двух ногах.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10	Составные упражнения для развития чувства ритма из различных шагов, прыжков и хлопков.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
11	Марш на месте с противоходом рук.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
12	Прыжки на двух	Показ. Комментарии по	Выполнение комплекса

	ногах в положении полный присед.	ходу занятия.	упражнений.
13	Прыжки на месте со сменой ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
14	Лёгкий и высокий бег.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
15	Сочетание бега и прыжков.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
16	Простые подскоки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
17	Сочетание марша и подскоков со статичными руками.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
18	Сочетание марша и подскоков с руками, идущими в противоход.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
19	Аттестация обучающихся по теме «Ритмика».	Устный опрос. Наблюдение. Комментарии по ходу занятия.	Самостоятельное выполнение обучающимися выученных упражнений.
<b>20</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Устный опрос. Наблюдение. Рефлексия.	Демонстрация полученных знаний, умений и навыков перед родителями в танцевальном зале.
<b>Партерная гимнастика – 46 часов</b>			
21	Упражнения для стоп.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
22	Упражнение «складочка».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
23	Наклоны к вытянутым в разные стороны ногам в положении сидя.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
24	Упражнение «бабочка».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
25	Упражнение «лесенка» в положении сидя, без	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.

	поддержки рук.		
26-27	Упражнение «ножницы», в положении сидя и лёжа на спине.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
28	Забрасывание прямых ног за голову в положении лёжа на спине.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
29	Простые перекаты на спине с освобождением ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
30	Перекат «мишка», маленький и большой.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
31	Упражнение «ласточка».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
32	Перекат «лодочка».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
33	Упражнение «змея».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
34	Упражнение «кольцо».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
35	Упражнение «корзинка».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
36	Battements назад из положения стоя на четырёх точках.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
37	Упражнение «кошка-собака» из положения стоя на четырёх точках.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
38-39	Прогиб назад из положения стоя на коленях	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
40	Упражнение «мостик» из положения лёжа на спине.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
41-42	Шпагат продольный	Показ. Комментарии по	Выполнение комплекса

	и поперечный.	ходу занятия.	упражнений.
43	Аттестация по теме «Партерная гимнастика».	Устный опрос. Наблюдение. Комментарии по ходу занятия.	Самостоятельное выполнение обучающимися выученных упражнений.
<b>44</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация обучающимися полученных знаний, умений и навыков в ходе праздничного мероприятия для участников танцевального коллектива и их родителей.
<b>Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры – 10 часов</b>			
45	Игра «Двигайся - замри».	Объяснение правил игры. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
46	Танцевальная игра «Бим-бам-бом»	Объяснение правил игры. Показ движений. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
47	Танцевальная игра «Зашагали ножки»	Объяснение правил игры. Показ движений. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
48	Танцевальная игра «Плетень»	Объяснение правил игры. Показ движений. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
49	Игра «Танцевальная шляпа»	Объяснение правил игры. Показ движений. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
<b>Рисунок танца – 10 часов</b>			
50	Рисунки танца «линии» (шеренга и колонна), круг, «полукруг», «змейка», «диагональ».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
51	Понятия «шахматный порядок», движение	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.

	по ходу и против хода танца, интервал.		
52	Рисунок танца «круг»: два круга, круг в круге.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
53	Перестроение из линий в круги и обратно.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
54	Движение по «восьмёрке».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
<b>Классический танец – 10 часов</b>			
55	Беседа о классическом танце.	Беседа. Демонстрация видео материала. Прослушивание аудио материала.	Свободное движение под музыку.
56	Повторение позиций рук и ног на середине зала.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Повторение 1, 2, 3, 4, 5 позиций ног и 1, 2, 3 и подготовительной позиций рук.
57	Выворотное изучение позиций ног у станка. Упражнения для осанки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
58	Галоп. Шаг польки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
59	Упражнения для сочетания галопа и шага польки. Аттестация знаний обучающихся.	Показ. Комментарии по ходу занятия. Устный опрос.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных движений.
<b>60</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация обучающимися полученных знаний, умений и навыков в ходе открытого занятия для родителей или массового мероприятия внутри учреждения.

<b>Танцевальные этюды – 22 часа</b>			
61-64	Танцевальный этюд «Зонтики».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевального этюда с предметом (детскими зонтами).
65-67	Танцевальный этюд «Снеговики».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание сюжетного танцевального этюда «Снеговики».
68-70	Танцевальный этюд «Ягодки».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание парного танцевального этюда «Ягодки».
71	Аттестационное занятие по теме «Танцевальные этюды».	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Показ обучающимися всех разученных танцевальных этюдов малыми группами.
<b>72</b>	<b>Итоговое занятие с промежуточной аттестацией.</b>	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Участие обучающихся в отчётном концерте танцевального коллектива.

## **2 год обучения, модуль 1**

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Техника безопасности на занятиях. Правила поведения в кабинете. Планы на предстоящий учебный год.	Приветственный поклон. Разминка. Повторение разученных в прошлом году танцевальных этюдов.
<b>Ритмика – 28 часов</b>			
2	Согласованные ритмичные движения головы, рук и ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
3	«Потягивания» из стороны в сторону со сгибанием колен.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
4	«Потягивания» сверху вниз с прямыми ногами.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
5	«Марш» на месте и	Показ. Комментарии по	Выполнение комплекса

	по кругу.	ходу занятия.	упражнений.
6	Комбинации из марша, хлопков и поворотов вокруг себя.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
7	Прыжки со сменой позиции ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
8	Комбинации из шагов в стороны и вперёд, хлопков, прыжков и иных движений.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
9	Прыжки пружинящие на полусогнутых ногах	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10	Прыжки пружинящие в положении полный присед.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
11	Лёгкий бег на полупальцах.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
12	Бег с высоким подниманием колен.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
13	Подскоки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
14	Комбинации из бега, шагов и подскоков.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
15	Аттестация по теме «Ритмика».	Устный опрос. Наблюдение. Комментарии по ходу занятия.	Самостоятельное выполнение обучающимися выученных упражнений.
<b>16</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Устный опрос. Наблюдение. Рефлексия.	Демонстрация полученных знаний, умений и навыков перед родителями в танцевальном зале.
<b>Партерная гимнастика – 34 часа</b>			
17-18	Упражнения для «растягивания»	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.

	мышц ног и спины в положении сидя или лёжа на спине.		
19-20	Упражнения для укрепления пресса в положении сидя или лёжа на спине.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
21-22	Упражнения для развития гибкости позвоночника в положении лёжа на животе. Стойка на «мостике» от пола.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
23	Упражнения для укрепления силы рук в положении лёжа на животе.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
24	Ритмичные движения корпуса вверх-вниз, по кругу вправо и влево, движения бёдер вправо-влево в положении стоя на четвереньках.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
25	Battements назад и в сторону в положении стоя на четвереньках.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
26	Упражнение «солдатик» в положении стоя на коленях.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
27	Прогиб на «полумостик» в положении стоя на коленях.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
28	Простые перекаты на спине с группировкой.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.

29	Тройной пережат «мишка» из положения сидя с согнутыми или выпрямленными ногами.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
30	Кувырок назад через правое и левое плечо.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
31	Подготовительные упражнения для шпагата.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
32	Шпагаты: с правой и левой ног, поперечный.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
33	Аттестация по теме «Партерная гимнастика».	Устный опрос. Наблюдение. Комментарии по ходу занятия.	Самостоятельное выполнение обучающимися выученных упражнений.
<b>34</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация полученных знаний, умений и навыков в ходе праздничного мероприятия.
<b>Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры – 10 часов</b>			
35	Игра «Если нравится тебе, то делай так!».	Объяснение правил игры. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
36	Игра «Ручеёк».	Объяснение правил игры. Показ движений. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
37	Игра «Живые картины».	Объяснение правил игры. Показ движений. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
38	Игра «Крокодил».	Объяснение правил игры. Показ движений. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.
39	Игра «Танцевальная шляпа».	Объяснение правил игры. Показ движений. Наблюдение.	Игра по установленным правилам.

<b>Рисунок танца – 8 часов</b>			
40		Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
41	Повторение ранее изученного материала.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
42	Рисунок «два круга», параллельное и «зеркальное» движение.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
43	Рисунки «галочка» и «ручeёк». Аттестация по теме «Рисунок танца».	Показ. Комментарии по ходу занятия. Опрос. Рефлексия.	Выполнение комплекса упражнений.
<b>Классический танец – 18 часов</b>			
44	Беседа об основных понятиях классического танца (осанка, выворотность ног, гибкость, шаг, устойчивость) и особенностях терминологии.	Беседа. Демонстрация видео материала. Прослушивание аудио материала.	Свободное движение под музыку.
45	Упражнения у станка.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Упражнения для постановки корпуса у станка (лицом к станку), releve на полупальцы (лицом к станку, по I позиции).
46	Повторение позиций рук и ног на середине зала. Изучение позиций ног у станка (выворотно). Понятие об опорной и работающей ноге.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
47-48	Demi-plie по	Показ. Объяснение.	Выполнение упражнения.

	Ипозиции.	Комментарии по ходу занятия.	
49-50	Battementtendu по I позиции в сторону.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения.
51	Галоп, шаг польки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
52	Аттестация знаний обучающихся по теме «Классический танец».	Опрос. Комментарии по ходу занятия. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных движений.
<b>53</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация обучающимися полученных знаний, умений и навыков в ходе открытого занятия для родителей или массового мероприятия внутри учреждения.
<b>Народный танец – 18 часов</b>			
54	Беседа о русском народном танце, его тесной связи с историей нашей страны.		
55	Движения «матрёшка» и «веретено».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
56	Продвижение в стороны поворотами стоп.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
57	«Гармошка» («ёлочка») по прямой вправо и влево	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
58	«Моталочка» (вперёд).	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение движения.
59	«Ковырялочка» вперёд и в сторону.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу	Выполнение движения.

		занятия.	
60	Простейшие притопы. Простые «хлопушки» (для мальчиков)	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение движений.
61	Вращение «шене» на месте в правую и левую сторону.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение движения.
62	Аттестация по теме «Народный танец»	Опрос. Комментарии по ходу занятия. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных движений.
<b>Танцевальные этюды – 18 часов</b>			
63-64	Этюд на тему животных.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевального этюда в стиле эстрадного танца.
65-66	Этюд с предметом.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевального этюда в стиле русского народного танца.
67-68	Этюд на тему времён года.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевального этюда в стиле классического танца.
69-70	Этюд со сменой настроения.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевального этюда позволяющего менять настроение и танцевальные стили.
71	Аттестация по теме «Танцевальные этюды».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация обучающимися разученных танцевальных этюдов в малых подгруппах и всей группой.
<b>72</b>	<b>Итоговое занятие с промежуточной аттестацией.</b>	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Участие обучающихся в отчётном концерте танцевального коллектива.

## 2 год обучения, модуль 2

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
<b>Партерный экзерсис – 28 часов</b>			
1	Подготовительные упражнения для разогрева стоп. Подготовительные упражнения для укрепления правильной осанки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
2	Подготовительные упражнения для развития выворотности ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
3	Имитация <i>plie</i> в партере.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
4	Имитация <i>battementtendu</i> в сторону.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
5-7	Имитация <i>battementtendujete</i> в сторону, вперёд, назад.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
8	Имитация <i>rond de jambe par terre</i> .	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
9	Имитация <i>passé</i> лёжа на животе.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10-11	Имитация <i>battementdeveloppe</i> лёжа на животе, лёжа на боку.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
12-13	Имитация <i>grandbattementjetelёжанаспине</i> , лёжа на боку.	Показ. Комментарии по ходу	Выполнение комплекса упражнений.

		занятия.	
14	Аттестация обучающихся по теме «Партерный экзерсис»	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельно е выполнение обучающимися разученных комплексов упражнений.
<b>Эстрадный танец – 16 часов</b>			
15-16	Беседа об эстрадном танце, истории его возникновения. Шаг танца «Полонез».	Беседа. Демонстрация видео материала. Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Свободное движение под музыку. Выполнение комплекса упражнений.
17-18	Шаг танца «вальс».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
19-20	Акробатика. Стойка у стены на руках.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
21	Акробатика. «Колесо» с правой и левой ноги.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
22	Аттестация обучающихся по теме «Эстрадный танец».	Наблюдение. Поощрение. Опрос. Рефлексия.	Самостоятельно е выполнение обучающимися разученных движений и упражнений.
<b>Постановочная работа – 12 часов</b>			
23	Знакомство с танцем. Разучивание основного хода танца.	Беседа. Показ. Объяснение. Комментарии	Разучивание движений к танцу.

		по ходу занятия.	
24	Разучивание движений под счёт.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
25	Разучивание движений под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
26	Разучивание рисунка танца.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание перестроений в танце.
27	Соединение движений и рисунка в медленном темпе.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Исполнение танца в медленном темпе.
28	Соединение разученных движений и рисунка под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Исполнение танца в темпе музыкального сопровождения.
<b>Репетиционная работа – 12 часов</b>			
29	Отработка движений под счёт.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многократное повторение движений и связок танцевальной постановки.
30-31	Отработка движений под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многократное повторение движений и связок танцевальной постановки.

32	Работа над синхронностью исполнения движений.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многократное повторение движений и связок танцевальной постановки.
33	Работа над рисунком танца.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многократное повторение движений и связок танцевальной постановки.
34	Ориентирование на сценической площадке.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Работа над танцем в условиях сценической площадки.
<b>Сценическая практика – 4 часа</b>			
35-36	Выступление на публике.	Беседа. Объяснение. Рефлексия.	Демонстрация разученной танцевальной постановки на публике.

### 3 год обучения, модуль 1

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседа о планах на новый учебный год. Техника безопасности на занятиях. Правила поведения в кабинете.	Приветственный поклон. Разминка. Составление игрового танцевального этюда на тему начала учебного года.
<b>Партерная гимнастика – 28 часов</b>			
2	Упражнения для «растягивания» мышц ног и спины в положении	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.

	сидя и лёжа.		
3	Упражнения для укрепления пресса в положении сидя и лёжа.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
4	Упражнения для развития координации и вестибулярного аппарата (кувырок назад и вперёд, стойка на лопатках).	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
5	Стойка на «мостике» из положения стоя на ногах.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
6	Упражнения для развития гибкости позвоночника.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
7	Прогиб на «полумостик» в положении стоя на коленях с последующим возвращением в исходное положение.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
8	Упражнения для укрепления силы рук.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
9	Упражнения для развития гибкости позвоночника.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10	Упражнения для развития танцевального шага в положении лёжа на боку.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
11	Подготовительные упражнения для шпагата.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
12	Упражнение для развития подвижности тазобедренного сустава.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
13	Продольный шпагат с правой и левой ноги с усилением.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
14	Поперечный шпагат с усилением.	Показ. Комментарии по	Выполнение комплекса упражнений.

		ходу занятия.	
15	Аттестация по теме «Партерная гимнастика».	Устный опрос. Наблюдение. Комментарии по ходу занятия.	Самостоятельное выполнение обучающимися выученных упражнений.
<b>16</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Устный опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация полученных знаний, умений и навыков перед родителями в танцевальном зале.
<b>Рисунок танца – 8 часов</b>			
17	Повторение ранее изученного материала.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
18	Рисунки танца «прочёс», «улитка», «звёздочка».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
19	Рисунки танца «до-за-до» и «шен».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
20	Упражнения на все известные рисунки танца. Аттестация по теме «Рисунок танца».	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Выполнение комплекса упражнений, направленных на перестроение из одного рисунка в другой.
<b>Классический танец – 40 часов</b>			
21	Повторение позиций ног и рук на середине зала и у станка. Понятие об опорной и работающей ноге.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
22-23	demi-plié по I и II позициям.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
24-27	battement tendu по I позиции.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Поэтапное выполнение упражнения battement tendu у станка в сторону, вперёд, назад. Затем крестом.
28	passé par terre	Показ. Объяснение. Комментарии по	Выполнение упражнения у хореографического станка.

		ходу занятия.	
29-30	demi rond de jambe par terre по I позиции	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Поэтапное выполнение demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans у станка.
31	double battement tendu (по I позиции)	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
32	Перегибы корпуса.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
33-34	releve на полупальцы по I и II позициям	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
35-36	temps leve sauté по I позиции	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение прыжка temps leve sauté у станка и на середине зала.
37	Знакомство с точками зала.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение простых комбинаций движений с учётом точек зала.
38-39	Port de bras	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание подготовительного port de bras у станка, затем на середине зала.
40	Аттестация по теме «Классический танец».	Устный опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися упражнений у станка и на середине зала.
<b>41</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация обучающимися полученных знаний, умений и навыков в ходе открытого занятия для родителей или массового

			мероприятия внутри учреждения.
<b>Народный танец – 40 часов</b>			
42	Знакомство с видами русского народного танца.	Беседа. Демонстрация видео материала. Обсуждение различий видов русского народного танца (хоровод, плясовая, перепляс, кадриль).	Свободное движение под музыку.
43	Позиции ног в народном танце (развернутые, параллельные, обратные), положение стопы.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
44	Позиции рук и положение кисти.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
45-46	Танцевальный шаг с носка и с пятки, знакомство.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
47	«Гармошка» («ёлочка») по прямой и вокруг себя.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
48-50	«Моталочка» вперёд, в сторону.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение движения и комбинаций с движением.
51-53	«Припадание» по VI.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение движения на месте, с продвижением, с поворотом вокруг себя.
54-55	«Ковырялочка» с упором в пол.	Показ. Объяснение.	Выполнение движения с касанием ноги пола и

		Комментарии по ходу занятия.	полностью в воздухе.
56	Подготовка к дроби. «Хлопушки» (для мальчиков).	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
57	Подготовка к дроби. Подготовительные упражнения к полуприсядке (для мальчиков).	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
58-60	Вращение «шене».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение вращения в правую и левую сторону на месте, с продвижением.
61	Аттестация по теме «Народный танец»	Опрос. Комментарии по ходу занятия. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных движений.
<b>Танцевальные этюды – 20 часов</b>			
62-64	Этюд на тему погоды.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевального этюда в стиле эстрадного танца.
65-67	Этюд на тему настроения.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевального этюда в стиле классического танца.
68-70	Этюд с предметом, знакомство.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевального этюда в стиле народного танца.
71	Аттестация по теме «Танцевальные этюды».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация обучающимися разученных танцевальных этюдов в малых подгруппах и всей группой.
72	<b>Итоговое занятие с</b>	Наблюдение.	Участие обучающихся в

	<b>промежуточной аттестацией.</b>	Поощрение. Рефлексия.	отчётном концерте танцевального коллектива.
--	-----------------------------------	--------------------------	---

### 3 год обучения, модуль 2

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
<b>Партерный экзерсис – 20 часов</b>			
1	Подготовительные упражнения для разогрева стоп, упражнения для развития выворотности ноги.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
2	Имитация plie в партере.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
3	Имитация battementtendu в сторону.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
4	Имитация battementtendujete в сторону, вперёд и назад.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
5	Имитация rond de jambe par terre.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
6-7	Имитация battementdeveloppe лёжа на животе и на боку.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
8-9	Имитация grandbattementjetелёжанаспин ей на боку.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10	Аттестация по теме «Партерный экзерсис».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных

			комплексов упражнений.
<b>Эстрадный танец – 26 часов</b>			
11	Беседа о разнообразии стилей, смешанных в эстрадном танце.	Беседа. Демонстрация видео материала. Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Свободное движение под музыку. Выполнение комплекса упражнений.
12	Повторение шагов танца «Полонез» и «Вальс».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
13-17	Знакомство с танцем «Чарльстон».	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений. Разучивание танцевальной комбинации в стиле танца «Чарльстон».
18	Акробатика. Стойка на руках у стены.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	
19-21	Акробатика. «Колесо» с правой и левой ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение подготовительных упражнений. Выполнение движения «колесо». Комбинации из шагов, батманов, шпагатов и «колеса».
22	Акробатика. Проходка на «мостике» по прямой.	Показ. Комментарии	Выполнение упражнения.

		по ходу занятия.	
23	Аттестация обучающихся по теме «Партерный экзерсис».	Наблюдение. Поощрение. Опрос. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных движений и упражнений.
<b>Постановочная работа – 10 часов</b>			
24	Знакомство с танцем. Разучивание основного хода танца.	Беседа. Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
25	Разучивание движений под счёт.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
26	Разучивание движений под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
27	Разучивание рисунка танца под счёт.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание перестроений в танце.
28	Соединение движений и рисунка танца под счёт и под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Исполнение танца в медленном темпе, в темпе музыкального сопровождения.
<b>Репетиционная работа – 10 часов</b>			
29	Отработка движений под счёт.	Показ. Объяснение. Комментарии	Многократное повторение движений и

		по ходу занятия.	связок танцевальной постановки.
30	Отработка движений под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многokратное повторение движений и связок танцевальной постановки.
31	Отработка движений и перестроений под счёт.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многokратное повторение движений и связок танцевальной постановки.
32	Отработка движений и перестроений под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многokратное повторение движений и связок танцевальной постановки.
33	Ориентирование на сценической площадке.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Работа над танцем в условиях сценической площадки.
<b>Сценическая практика – 6 часов</b>			
34-36	Выступление на публике.	Беседа. Объяснение. Рефлексия.	Демонстрация разученной танцевальной постановки на публике.

#### 4 год обучения, модуль 1

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседа о планах на новый	Приветственный поклон. Разминка. Составление танцевального этюда на тему летних каникул с элементами

		учебный год. Техника безопасности на занятиях. Правила поведения в кабинете.	импровизации.
<b>Гимнастика – 38 часов</b>			
2	Упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
3	Упражнения для подвижности локтевого и коленного суставов.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
4	Упражнения для повышения подвижности позвоночника и его гибкости.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
5	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
6	Упражнения для подвижности коленных суставов и эластичности мышц голени и стопы.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
7	Упражнения для развития выворотности	Показ. Комментарии по ходу	Выполнение комплекса упражнений.

	ног.	занятия.	
8	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
9	Упражнения для укрепления мышц спины.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10	Упражнения для формирования правильной осанки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
11	Прыжки, подскоки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
12	Лёгкий и широкий бег.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
13	Упражнения на координацию.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
14	Упражнения для повышения выносливости и поддержания силы мышц.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
15	Упражнения для «растягивания» мышц ног и спины в положении сидя и лёжа.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
16	Упражнения для развития вестибулярного аппарата.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.

17	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
18	Продольный шпагат с правой и левой ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
19	Поперечный шпагат.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
20	Аттестация по теме «Гимнастика».	Устный опрос. Наблюдение. Комментарии по ходу занятия.	Самостоятельное выполнение обучающимися выученных упражнений.
<b>Классический танец – 40 часов</b>			
21	Беседа о балете, знаменитых спектаклях, артистах балета.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений, держась одной рукой за хореографический станок.
22	Demiplie (по I, II, V позициям).	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
23	Battementtendu по I позиции крестом.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
24-26	battement tendujete по I позиции	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Поэтапное выполнение battementtendujete в сторону, вперёд, назад у станка.

27-28	rond de jambe par terre	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение rond de jambe par terre en de hors, endedansустанка.
29	Перегибы корпуса. releve на полупальцы (по I, II, V позициям)	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнений у хореографического станка.
30	Grandplie (по I, II, V позициям)	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
31	Положение ноги на surlecou-de-pied, battement fondu в сторону.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
32-33	battement fondu.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение battementfondu в сторону, вперёд и назад, держась за станок.
34-36	battement frappe в сторону	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение battementfrappe в сторону, вперёд и назад, держась за станок.
37	Повторение точек зала. Первое portdebras.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения на середине зала.
38	Третье portdebras.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения на середине зала.

39	temps leve sauté по I и II позиции.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения на середине зала.
40	Аттестация по теме «Классический танец».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися упражнений у станка и на середине зала.
<b>41</b>	<b>Итоговое занятие.</b>	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация полученных знаний, умений и навыков на массовом мероприятии внутри коллектива.
<b>Народный танец – 40 часов</b>			
42	Беседа о многообразии народного танца, его особенностях, музыкальном сопровождении, обуви, костюмах.	Беседа. Демонстрация видео материала. Обсуждение различий видов русского народного танца.	Разучивание танцевальной связки из уже знакомых движений русского народного танца.
43	Повторение позиций ног и рук.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
44-45	«Припадание» по III позиции	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение движения на месте, с продвижением, с вращением вокруг себя.
46	Комбинации на «ковырялочку».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
47	Подготовительны	Показ.	Выполнение комплекса упражнений.

	е упражнения к полуприсядке и присядке, Простые «Хлопушки».	Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	
48	Подготовительны е упражнения для дроби.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
49	Простые дроби.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
50	Ходы и шаги русского народного танца.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
51	Танцевальный бег «молоточки».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
52	Комбинации на «моталочку».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
53	plie (мягкое и жёсткое).	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений у хореографического станка.
54	Характерные battementendu.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений у хореографического станка.

55	Средний батман.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений у хореографического станка.
56-57	«Верёвочка».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений у станка и на середине зала.
58	Вращение «шене» в правую и левую стороны.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение вращения в правую и левую сторону на месте, с продвижением.
59	Вращение «бегунок».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение вращения в правую и левую сторону на месте, с продвижением.
60	Комбинации из движений русского народного танца.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание танцевальной комбинации с учётом изученного материала.
61	Аттестация по теме «Народный танец»	Опрос. Комментарии по ходу занятия. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных движений.
<b>Импровизация – 20 часов</b>			
62-64	Этюд со сменой настроения.	Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Составление этюда на заданную тему и подобранное музыкальное сопровождение самими учащимися.
65-67	Этюд-история о школьной жизни.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу	Составление этюда на заданную тему и подобранное музыкальное сопровождение самими учащимися.

		занятия.	
68-70	Этюд на свободную тему.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Составление танцевального этюда учащимися на интересную для них тему и с их музыкальным сопровождением.
71	Аттестация по теме «Импровизация».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация обучающимися разученных танцевальных этюдов в малых подгруппах и всей группой.
<b>72</b>	<b>Итоговое занятие с промежуточной аттестацией.</b>	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Участие обучающихся в отчётном концерте танцевального коллектива.

#### 4 год обучения, модуль 2

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
<b>Современная хореография – 20 часов</b>			
1	Беседа о современных направлениях в хореографии, их стилистических особенностях.	Беседа. Показ видео материала.	Выполнение подготовительных упражнений.
2	Невыворотные позиции ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
3-5	Изолированные движения различных частей тела.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
6-8	Сочетание изолированных движений различных частей тела.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
9	Комбинации движений.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10	Аттестация по теме «Современная хореография».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных комплексов упражнений и

			комбинаций движений.
<b>Постановочная работа – 22 часа</b>			
11	Знакомство с танцем. Разучивание основного хода.	Беседа. Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
12-13	Разучивание движений под счёт.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
14-16	Разучивание движений под счёт и музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
17-18	Разучивание рисунка танца.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание перестроений в танце.
19-21	Соединение движений и рисунка танца под счёт и под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Исполнение танца в медленном темпе, в темпе музыкального сопровождения.
<b>Репетиционная работа – 20 часов</b>			
22-27	Отработка движений под счёт и музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многократное повторение движений и связок танцевальной постановки.
28-30	Отработка движений и перестроений под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многократное повторение движений и связок танцевальной постановки.
31	Ориентирование на сценической площадке.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Работа над танцем в условиях сценической площадки.
<b>Сценическая практика – 10 часов</b>			
32-36	Выступление на публике.	Беседа. Объяснение. Рефлексия.	Демонстрация разученной танцевальной постановки на публике. Участие в конкурсах хореографического мастерства.

**5 год обучения, модуль 1**

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Беседа о планах на новый учебный год. Техника безопасности на занятиях. Правила поведения в кабинете.	Приветственный поклон. Разминка. Составление танцевального этюда на свободную тему.
<b>Гимнастика – 30 часов</b>			
2	Упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса, подвижности локтевого и коленного суставов.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
3	Упражнения для повышения подвижности позвоночника и его гибкости.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
4	Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
5	Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов и эластичности мышц голени и стопы.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
6	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
7	Упражнения для	Показ. Комментарии по	Выполнение комплекса

	укрепления мышц спины.	ходу занятия.	упражнений.
8	Прыжки, подскоки. Лёгкий и широкий бег.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
9	Упражнения для развития вестибулярного аппарата.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10	Упражнения для формирования правильной осанки.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
11	Упражнения для повышения выносливости и поддержания силы мышц.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
12	Упражнения на координацию.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
13	Упражнения для растяжки и формирования танцевального шага.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
14	Продольный шпагат с правой и левой ног.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
15	Поперечный шпагат.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
16	Аттестация по теме «Гимнастика».	Устный опрос. Наблюдение. Комментарии по ходу занятия.	Самостоятельное выполнение обучающимися выученных упражнений.
<b>Классический танец – 44 часа</b>			
17	Demi-plié по I, II, V, IV позициям.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений, держась одной рукой за хореографический станок.
18	Battement tendu (по I и V позициям,	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу	Выполнение упражнения у хореографического

	крестом.	занятия.	станка.
19	battement tendu jete по I крестом.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
20	rond de jambe par terre.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
21	Battementfondu на 45° по V позиции крестом.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
22	Battementfrappe на 45° по V позиции крестом.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
23	grand plie по I, II, V, IV позициям.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
24-27	battement releve lent.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Поэтапное выполнение упражнения вперёд, в сторону, назад на 45° и на 90°.
28-31	Battementdeveloppe по V позиции в сторону.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Поэтапное выполнение упражнения вперёд, в сторону, крестом.
32	Releve на полупальцы.		Выполнение упражнения у хореографического станка.
33	Полуповорот на полупальцах в V позиции.		Выполнение упражнения у хореографического станка.
34-36	Portdebras.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение 1, 2 и 3 форм portdebras на середине зала.
37	Temps leve sauté по I, II, V позициям.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения на середине зала.
38	Аттестация по теме «Классический танец».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися упражнений у станка и на середине зала.

39	<b>Итоговое занятие.</b>	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация полученных знаний, умений и навыков во время праздничного мероприятия внутри коллектива.
<b>Народный танец – 44 часа</b>			
40	Беседа о знаменитых коллективах и исполнителях народного танца.	Беседа. Демонстрация видео материала. Обсуждение увиденного.	Разучивание танцевальной связки из уже знакомых движений русского народного танца.
41	plié (мягкое и жёсткое).	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
42	Характерные battement tendu.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
43	Средний батман.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
44	Дубль-флик.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
45	Флик-флак.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
46	Характерный rond de jambe.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
47-48	«Верёвочка».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка и на середине зала.
49-50	«Штопор».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка и на середине зала.
51	Одинарный «голубец» одной ногой.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение упражнения у хореографического станка.
52	Подготовительные	Показ. Объяснение.	Выполнение упражнения

	упражнения к «присядке».	Комментарии по ходу занятия.	у хореографического станка.
53	Ходы и шаги русского народного танца.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений на середине зала.
54	Комбинации на «Моталочку».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений на середине зала.
55	«Хлопушки», «полуприсядка» и «присядка».	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений у станка и на середине зала.
56-57	Упражнения на выстукивания, дроби, дробные комбинации.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений у станка и на середине зала.
58	«Припадание» по V позиции.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение движения на месте, с продвижением, с вращением на середине зала.
59-60	Вращения.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение вращений «шене» и «бегунок».
61	Аттестация по теме «Народный танец»	Опрос. Комментарии по ходу занятия. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных движений.
<b>Импровизация – 20 часов</b>			
62-64	Этюд на свободную тему.	Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Составление этюда обучающимися всеми на свободную тему.
65-67	Этюд с воображаемым предметом.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Составление этюда всеми обучающимися на свободную тему.
68-70	Самостоятельный этюд по подгруппам.	Объяснение. Показ. Комментарии по ходу занятия.	Составление этюда обучающимися, разделёнными на малые группы.
71	Аттестация по теме «Импровизация».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Демонстрация обучающимися разученных

			танцевальных этюдов в малых подгруппах и всей группой.
72	<b>Итоговое занятие с промежуточной аттестацией.</b>	Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Участие обучающихся в отчётном концерте танцевального коллектива.

### 5 год обучения, модуль 2

№ занятия	Тема занятия	Теория	Практика
<b>Современная хореография – 22 часа</b>			
1	Невыворотные позиции ног. Изолированные движения различных частей тела, повторение.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
2	Сочетание изолированных движений различных частей тела, повторение.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
3-5	Вращения.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
6-9	Комбинации движений.	Показ. Комментарии по ходу занятия.	Выполнение комплекса упражнений.
10	Аттестация по теме «Современная хореография».	Опрос. Наблюдение. Поощрение. Рефлексия.	Самостоятельное выполнение обучающимися разученных комплексов упражнений и комбинаций движений.
<b>Постановочная работа – 20 часов</b>			
11	Знакомство с танцем. Разучивание основного хода.	Беседа. Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
12-14	Разучивание движений под счёт.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание движений к танцу.
15-17	Разучивание движений под и музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу	Разучивание движений к танцу.

		занятия.	
18-19	Разучивание рисунка танца.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Разучивание перестроений в танце.
21	Соединение движений и рисунка танца под счёт и под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Исполнение танца в медленном темпе, в темпе музыки.
<b>Репетиционная работа – 20 часов</b>			
22-27	Отработка движений под счёт и музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многократное повторение движений и связок танцевальной постановки.
28-30	Отработка движений и перестроений под музыку.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Многократное повторение движений и связок танцевальной постановки.
31	Ориентирование на сценической площадке.	Показ. Объяснение. Комментарии по ходу занятия.	Работа над танцем в условиях сценической площадки.
<b>Сценическая практика – 10 часов</b>			
32-36	Выступление на публике.	Беседа. Объяснение. Рефлексия.	Демонстрация разученной танцевальной постановки на публике. Участие в конкурсах хореографического мастерства.

**4.Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год**  
дополнительной общеобразовательной программы«Вдохновение»

Год обучения/Модуль	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь		февраль		март		апрель		май		Всего учебных недель / часов														
	01.09-03.09	04.09-10.09	11.09-17.09	18.09-24.09	25.09-01.10	02.10-08.10	09.10-15.10	16.10-22.10	23.10-29.10	30.10-05.11	06.11-12.11	13.11-19.11	20.11-26.11	27.11-03.12	04.12-10.12	11.12-17.12	18.12-24.12	25.12-31.12	9.01-14.01	15.01-21.01	22.01-28.01	29.01-04.02	05.02-11.02	12.02-18.02	19.02-25.02	26.02-03.03		04.03-10.06	11.03-17.03	18.03-24.03	25.03-31.03	01.04-07.04	08.04-14.04	15.04-21.04	22.04-28.04	29.04-05.05	06.05-12.05	13.05-19.05	20.05-26.05	27.05-31.05	
1/1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	38/144	
2/1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	37/144	
2/2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36/72
3/1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	37/144		
3/2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36/72

## 5. Формы аттестации

Контроль полученных в ходе учебных занятий знаний, умений и навыков обучающихся имеет большое значение. Такая работа помогает педагогу определить уровень развития танцоров, выявить слабые и сильные стороны их танцевальных умений. Аттестация обучающихся на знание изученного материала в танцевальном коллективе имеет следующие формы:

- опрос/беседа (в ходе занятий или подготовки к мероприятиям и концертам);
- публичная демонстрация танцевального мастерства (открытые уроки, участие в массовых мероприятиях, концертах, конкурсах, фестивалях);

Полученные в ходе аттестации результаты заносятся педагогом в ниже приведённую таблицу.

**Таблица промежуточной (итоговой) аттестации**

№ п\п	ФИ учащегося	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Итоговая оценка
1		<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
2		<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

Таблица предполагает три уровня оценки знаний, умений и навыков:

- ✓ (В) Высокий уровень - твёрдое знание танцевальных элементов (согласно программе) и умение правильно их выполнять.
- ✓ (С) Средний уровень - знание танцевальных элементов, неуверенное их исполнение, или исполнение с небольшими ошибками.
- ✓ (Н) Низкий уровень - нетвёрдое знание танцевальных элементов, или их незнание, исполнение с серьёзными ошибками.

## 6. Оценочные материалы

При работе по дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе для текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся используются:

- ✓ начальная диагностика физического состояния учащихся (при поступлении в коллектив);
- ✓ начальная диагностика состояния знаний, умений и навыков учащихся (при поступлении в коллектив учащихся, пришедших не на первый год обучения);
- ✓ промежуточная диагностика физического состояния учащихся (в середине и конце каждого учебного года);
- ✓ промежуточная аттестация знаний, умений и навыков учащихся (в конце 1-4 годов обучения, середине 5 года обучения);
- ✓ итоговая аттестация знаний, умений и навыков учащихся (в конце пятого года обучения).

Диагностика и аттестация проводятся путём наблюдений и устных. Полученные данные оцениваются по шкале (В) Высокий уровень, (С) Средний уровень, (Н) Низкий уровень.

Диагностика позволяет педагогу оценить реальные результаты работы с учащимися, выявить недочёты и наметить наиболее эффективный путь дальнейшего развития как каждого отдельного танцора, так и группы в целом.

### 1) Начальная диагностика физического состояния учащихся

<i>ФИО учащегося</i>			
<i>Возраст учащегося</i>			
<i>Наличие начальной подготовки</i>			
Танцевальные данные:			
Эластичность мышц	Гибкость	Координация	Чувство ритма
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

- ✓ В (Высокий уровень) - отличная эластичность мышц и суставов, наличие природной гибкости, хорошая координированность движений (согласно возрасту), ярко выраженное чувство ритма.
- ✓ С (Средний уровень) - наличие эластичности отдельных мышц и суставов, недостаточная гибкость позвоночника, лёгкая раскоординированность движений, неточное чувство ритма.
- ✓ Н (Низкий уровень) - твёрдые, "застывшие" мышцы и суставы, негибкая спина, неумение координировать свои движения, отсутствие чувства ритма.

Таблица заполняется в начале первого года обучения на каждого учащегося. Это позволяет педагогу понять общую картину, уровень сформированной группы и, при необходимости, скорректировать программу занятий.

**2) Начальная диагностика состояния знаний, умений и навыков учащихся (при поступлении в коллектив учащихся, пришедших не на первый год обучения)**

Достаточно часто учащиеся переходят из одного танцевального коллектива в другой. Чтобы таким детям не пришлось проходить заново всю начальную программу занятий, их можно протестировать и принять на 2-5 года обучения.

Подобная диагностика проводится индивидуально или в ходе группового занятия. Методы получения информации: наблюдение и устный опрос.

При оценке Высокий уровень (В) - твёрдое знание учащимся названия упражнения, правильное его выполнение; Средний уровень (С) - нетвёрдое знание названия или не совсем верное исполнение, исполнение только по показу; Низкий уровень (Н) - незнание названия, исполнение только по показу, неправильное исполнение движения.

**Таблица для зачисляемых на второй год обучения:**

<i>ФИО учащегося</i>			
<i>Возраст учащегося</i>			
<i>Начальная подготовка</i> <i>(в каком коллективе занимался раньше, сколько лет, у какого педагога, по какой программе)</i>			
<b>Ритмика</b>			
Марш	Бег	Подскоки	Умение повторять движения за педагогом
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
<b>Партерная гимнастика</b>			
"Складочка"	"Кольцо"	Шпагаты	Упражнения на пресс
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
<b>Рисунок танца</b>			
Круг	Линии и шеренги	"Шахматный" порядок	Умение ориентироваться в пространстве зала
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
<b>Классический танец</b>			
Позиции рук	Позиции ног	Галоп	Шаг польки
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

**Таблица для зачисляемых на третий год обучения:**

<i>ФИО учащегося</i>			
<i>Возраст учащегося</i>			
<i>Начальная подготовка</i> <i>(в каком коллективе занимался раньше, сколько лет, у какого педагога, по какой программе)</i>			

Ритмика			
Подскоки	Бег	Прыжки со сменой ног	Умение повторять комбинации движений за педагогом
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Партерная гимнастика			
Шпагаты	"Мостик"	Кувырок назад	Упражнения на пресс
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Рисунок танца			
Круги	Линии и шеренги, "шахматный порядок"	"Ручеёк"	Умение ориентироваться в пространстве зала
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Классический танец			
Позиции рук	Позиции ног (выворотно)	Demi-plie positions	Галоп, шаг польки
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Народный танец			
"Гармошка"	"Моталочка"	"Ковырялочка"	"Шене" на месте
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

**Таблица для зачисляемых на четвёртый год обучения:**

<i>ФИО учащегося</i>			
<i>Возраст учащегося</i>			
<i>Начальная подготовка</i> <i>(в каком коллективе занимался раньше, сколько лет, у какого педагога, по какой программе)</i>			
Гимнастика			
Упражнения на растяжку	Упражнения на гибкость	Силовые упражнения	Кувырки вперёд и назад
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Классический танец			
Позиции рук и ног (выворотно, без станка)	Demi-plie, releve	Battement tendu	Demi rond
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Народный танец			
"Гармошка",	"Моталочка"	"Припадание"	"Шене" с

"Ковырялочка"			продвижением
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

**Таблица для зачисляемых на пятый год обучения:**

<i>ФИО учащегося</i>			
<i>Возраст учащегося</i>			
<i>Начальная подготовка (в каком коллективе занимался раньше, сколько лет, у какого педагога, по какой программе)</i>			
Гимнастика			
Упражнения на растяжку	Упражнения на гибкость	Силовые упражнения	Кувырки вперед и назад
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Классический танец			
Demi-plie, Grand-plie	Battement tendu, Battement tendujete	Rond de jambeparreterre	Battement fondu
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Battement frappe	Port de bras	Temps leveaute	Точки зала
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>
Народный танец			
"Припадание"	Бег "молоточки"	"Верёвочка"	Простые дроби
<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

**3) Промежуточная диагностика физического состояния учащихся**

<i>ФИО учащегося</i>		
<i>Возраст учащегося</i>	<i>Базовая подготовка (сколько лет посещает коллектив)</i>	
Показатели эластичности мышц		
Шпагат с правой ноги	Шпагат с левой ноги	Поперечный шпагат
<i>(да/нет)</i>	<i>(да/нет)</i>	<i>(да/нет)</i>
Показатели гибкости		
«Кольцо»	«Полумостик»	«Мостик»
<i>(да/нет)</i>	<i>(да/нет)</i>	<i>(да/нет)</i>

Таблица заполняется дважды в год: зимой и весной. Она позволяет отследить насколько хорошо развиваются (или сохраняются) физические показатели учащихся, необходимые для успешного овладения искусством танца.

**4) Промежуточная аттестация знаний, умений и навыков учащихся**

(В) Высокий уровень - твёрдое знание танцевальных элементов (согласно программе) и умение правильно их выполнять.

(С) Средний уровень- знание танцевальных элементов, неуверенное их исполнение, или исполнение с небольшими ошибками.

(Н) Низкий уровень - нетвёрдое знание танцевальных элементов, или их незнание, исполнение с серьёзными ошибками.

### 1 год обучения

ФИО учащегося	Движение под музыку	Тренажные упражнения в партере	Знание рисунков танца	Знание классических позиций рук и ног
	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

### 2 год обучения

ФИО учащегося	Знание отличий классического и народного танца	Элементы классического танца	Элементы народного танца
	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

### 3 год обучения

ФИО учащегося	Основы классического экзерсиса у станка	Основные движения русского народного танца	Исполнение движений в соответствии с характером музыки
	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

### 4 год обучения

ФИО учащегося	Основы техники классического танца	Основы техники народного танца	Передача характера музыки в танце
	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

### 5 год обучения (1 полугодие)

ФИО учащегося	Исполнение классического танца	Исполнение народного танца
	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

### 5) Итоговая аттестация знаний, умений и навыков учащихся

(В) Высокий уровень - твёрдое знание танцевальных элементов (согласно программе) и умение правильно их выполнять.

(С) Средний уровень- знание танцевальных элементов, неуверенное их исполнение, или исполнение с небольшими ошибками.

(Н) Низкий уровень - нетвёрдое знание танцевальных элементов, или их незнание, исполнение с серьёзными ошибками.

ФИО учащегося	Исполнение классического танца	Исполнение народного танца	Самостоятельная работа над танцевальной импровизацией
	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>	<i>В/С/Н</i>

**7. Методические материалы  
1 - 3 года обучения**

<b>Раздел или тема программы</b>	<b>Формы занятия</b>	<b>Приёмы и методы организации занятия</b>	<b>Дидактический материал</b>	<b>Техническое оснащение занятий</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
Вводное занятие	Учебное занятие	Словесный, наглядный, диалог, игра	Фото и видео материал	Информационный стенд, магнитофон	Диалог, рефлексия
Ритмика	Учебное занятие, игровое занятие	Словесный, наглядный, повторение, игра	-	Магнитофон	Наблюдение, поощрение, рефлексия
Партерная гимнастика	Учебное занятие, игровое занятие	Словесный, наглядный, повторение, игра	-	Магнитофон, гимнастические коврики	Наблюдение, поощрение, рефлексия
Сюжетно-ролевые и музыкально-танцевальные игры	Игровое занятие	Словесный, наглядный, повторение, игра	-	Предметы для игр	Наблюдение, поощрение
Рисунок танца	Учебное занятие, игровое занятие	Словесный, наглядный, повторение, игра	-	Зеркала	Наблюдение, поощрение, рефлексия
Классический танец	Учебное занятие, игровое занятие, аттестационное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение, игра	Видео материал	Магнитофон, хореографический станок	Наблюдение, поощрение, вопросы, рефлексия
Народный танец	Учебное занятие, игровое	Словесный, наглядный, эмоционально	Видео материал	Магнитофон, хореографический	Наблюдение, поощрение, вопросы,

	занятие, аттестационное занятие	естимулирование, повторение, игра		ческий станок, специальная обувь	рефлексия
Танцевальные этюды	Учебное занятие, игровое занятие, аттестационное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение, игра, работа в группах	-	Магнитофон, реквизит	Наблюдение, поощрение, вопросы, рефлексия
Партерный экзерсис	Учебное занятие, игровое занятие, аттестационное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение, игра	-	Магнитофон, гимнастические коврики	Наблюдение, поощрение, вопросы, рефлексия
Эстрадный танец	Учебное занятие, игровое занятие, аттестационное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение, игра	Видео материал	Магнитофон, гимнастические коврики	Наблюдение, поощрение, вопросы, рефлексия
Постановочная работа	Учебное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение	-	Магнитофон, видео аппаратура	Диалог, наблюдение, поощрение
Репетиционная работа	Учебное занятие	Словесный, наглядный, эмоционально	-	Магнитофон	Диалог, наблюдение, поощрение,

		е стимулирован ие, повторение			соревнование
Сценичес кая практика	Выступл ение	Эмоциональн ое стимулирован ие	-	Костюмы, реквизит, аудио файлы	Наблюдение, поощрение, рефлексия
Итоговое занятие	Открыто е занятие, массовое меропри ятие, концертн ое выступл ение	Эмоциональн ое стимулирован ие, опрос, рефлексия	Сценарий	Магнитофо н, хореографи ческий станок, гимнастиче ские коврики	Наблюдение, оценка и самооценка

#### 4-5 года обучения

<b>Раздел или тема программ ы</b>	<b>Формы занятия</b>	<b>Приёмы и методы организации занятия</b>	<b>Дидактичес кий материал</b>	<b>Техническо е оснащение занятий</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
Вводное занятие	Учебное занятие	Словесный, наглядный, диалог	Фото и видео материал	Информаци онный стенд, магнитофон	Диалог, рефлексия
Гимнасти ка	Учебное занятие	Словесный, наглядный, повторение	-	Магнитофо н, гимнастиче ские коврики	Наблюдение, поощрение
Классичес кий танец	Учебное занятие, аттестац ионное занятие	Словесный, наглядный, эмоционально е стимулирован ие, повторение	-	Магнитофо н, хореографи ческий станок	Наблюдение, поощрение, вопросы, рефлексия

Народный танец	Учебное занятие, аттестационное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение	-	Магнитофон, хореографический станок, специальная обувь	Наблюдение, поощрение, вопросы, рефлексия
Современная хореография	Учебное занятие, аттестационное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение	Видео материал	Магнитофон, гимнастические коврики	Наблюдение, поощрение, вопросы, рефлексия
Импровизация	Учебное занятие, аттестационное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, работа в группах		Магнитофон	Наблюдение, поощрение, вопросы, рефлексия
Постановочная работа	Учебное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение	Видео материал	Магнитофон, видео аппаратура	Диалог, наблюдение, поощрение
Репетиционная работа	Учебное занятие	Словесный, наглядный, эмоциональное стимулирование, повторение	-	Магнитофон	Диалог, наблюдение, поощрение, соревнование
Сценическая практика	Выступление	Эмоциональное стимулирование	-	Костюмы, реквизит, аудио файлы	Наблюдение, поощрение, рефлексия
Итоговое	Открыто	Эмоциональное	Сценарий	Магнитофон	Наблюдение,

занятие	е занятие, массовое меропри ятие, концертн ое выступл ение	ое стимулирован ие, опрос, рефлексия		н, хореографи ческий станок, гимнастиче ские коврики	оценка и самооценка
---------	--	---	--	--	---------------------------

## **8. Условия реализации программы**

Для полноценной реализации дополнительной образовательной программы понадобятся:

1. Специально оборудованный зал, хореографический станок, зеркала.
2. Музыкальное сопровождение (магнитофон с возможностью прослушивания CD дисков и работы с USB-флеш-накопителем).
3. Гимнастические коврики.
4. Фонотека.
5. Видеотека.
6. Мультимедиа установка (или интерактивная доска), компьютер. Или иное устройство, позволяющее демонстрировать видео материал.
7. Информационные стенды.
8. Сценические костюмы и реквизит для танцевальных постановок.
9. Специальная обувь для народного танца.
10. Сценическая площадка.

## 9. Список литературы

### Нормативно-правовая база

#### к созданию дополнительной общеобразовательной программе

1. Конвенция о правах ребенка(Принята [резолюцией 44/25](#) Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года).
2. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 (с изменениями от 01.07.2020г.).
3. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 11.06.2022 N 154-ФЗ.).
4. Федеральный закон от 24.07.1998 N 124-ФЗ (ред. от 11.06.2021 [N 170-ФЗ](#)) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
5. Национальный проект "Образование"// Протокол от 03.09.2018 №10 Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам
6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07 декабря 2018 г. № 3)
7. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Утв. постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642.С изменениями и дополнениями от 29.03.2019 г.).
8. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
9. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.12.2020 г. № 39 "О внесении изменения в постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 г. № 16 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"

13. Постановление правительства Нижегородской области от 30.04.2014 года № 301 «Об утверждении государственной программы "Развитие образования Нижегородской области"» (с изменениями на 04.02 2019 г. №48)
14. Письмо Министерства просвещения РФ от 20 февраля 2019 г. № ТС-551/07 "О сопровождении образования, обучающихся с ОВЗ и инвалидностью"
15. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)
16. Письмо Министерства образования и науки РФ от 25.07.2016 № 09-1790 «О направлении рекомендаций» (вместе с «Рекомендациями по совершенствованию дополнительных образовательных программ, созданию детских технопарков, центров молодежного инновационного творчества и внедрению иных форм подготовки детей и молодежи по программам инженерной направленности»)
17. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»)
18. Лицензия на осуществление образовательной деятельности Министерства образования Нижегородской области №589 от 17 июля 15 года.
19. Устав МАУ ДО ДДЮТ (Утвержден постановлением администрации Кстовского муниципального района от 23.12.2021 № 3262)
20. Локальный акт МАУ ДО ДДЮТ, приказ МАУ ДО ДДЮТ №18 от 18.01.2022 г. «Об утверждении Положения о дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программах в МАУ ДО ДДЮТ»

#### **Литература для педагога**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.
2. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
3. Костровицкая В.С. Классический танец. Слитные движения. Руки: Учебное пособие. – СПб.: Лань, Планета музыки, 2009.
4. Лопухов А.В., Ширяев А.В, Бочаров А.И. Основы характерного танца. – СПб.: Планета музыки, Лань, 2010.
5. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа.- СПб.: Лань, Планета музыки, 2009.

6. Построение Adagio в уроке классического танца: практикум по курсу «Классический танец и методика его преподавания»/ сост. Т.Ф. Андреева. – Самара: Самар. гос. акад. культуры и искусств, 2008.
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. Пособие для студ. Учреждений сред.проф. образования. – М.: Век информации, 2009.
8. Слыханова В. Формирование движенческих навыков. Движения и элементы мужского народного танца. – М.: ИД Один из лучших, 2007.
9. Уроки классического танца: практикум по курсу «Классический танец и методика его преподавания»/ сост. Т.Ф. Андреева. – Самара: Самар. гос. акад. культуры и искусств, 2008.
10. Холл Д. Учимся танцевать. Весёлые уроки танцев для дошколят./пер. с англ. Т.В. Сидорина. – М.: АСТ: Астрель, 2009.
11. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам./пер. с англ. Т.В. Сидорина. – М.: АСТ: Астрель, 2009.

#### **Литература для детей**

1. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных. – М.: Эксмо, 2003.
2. Смит Л., Танцы. Начальный курс./пер. с англ. Е.М. Опрышко. – М.: АСТ: Астрель, 2001.

#### **Медиа-пособия**

1. Аэробика для детей. Сказочная аэробика. - М.: Видеогурман, 2004
2. Гимнастика для детей. - Чешская Республика.: ViktorVILHELM, VICTGORY, 2007.
3. Детский танец. - СПб.: Лань, Планета музыки, 2011.
4. У принцессы первый бал. Методическая разработка для дошкольников. - СПб., 2013.