

Управление образования администрации города Ульяновска
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Ульяновска
«Центр детского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
от «05» 06. 2019 г
протокол № 5

Утверждаю

Директор МБУ ДО ЦДТ

В.В.Лаврешина

2019 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Студия современной пластики «Флэш»»**

Возраст обучающихся: 7-14 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:

Матвеева Маргарита Владимировна, педагог
дополнительного образования

г. Ульяновск, 2019 г.

Структура программы

Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы»	3 стр.
1.1 Пояснительная записка	3 стр.
1.2 Цель и задачи программ	5 стр.
1.3 Содержание программы	6 стр.
Раздел №2 «Комплекс организационно – педагогических условий	48 стр.
2.1 Календарный учебный график (КУГ)	48 стр.
2.2 Условия реализации программы	82 стр.
2.3 Формы аттестации	83 стр.
2.4 Оценочные материалы	84 стр.
2.5 Методические материалы	94 стр.
2.6 Список литературы	106 стр.
2.7 Соответствие программы нормативным документам	107 стр.

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Направленность программы – художественная.

Дополнительность программы по отношению к программам общего образования заключается в интеграция с предметами общеобразовательного цикла: использование познавательных возможностей танца в области истории, литературы, музыки, географии, физики (знакомится на практике с такими понятиями, как «центр тяжести», «ось поворота», «сила тяжести», «импульс движения», «действие и противодействие» и т.д.), геометрии (только зная конкретные геометрические понятия и постоянно развивая свое пространственное воображение, ребенок справится с танцевальными рисунками как массовых, так и сольных танцев), иностранный язык (все движения классического танца имеют французские названия), анатомия (дает теоретические знания о строении тела и функциях различных органов; правила исполнения даже самых простых танцевальных движений требуют сознательной координации работы различных групп мышц, помогая изучить на практике анатомию собственного тела).

Актуальность программы базируется на анализе педагогического опыта: хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного социального развития ребенка, для его

гармоничного духовного и физического совершенствования.

Отличительные особенности программы - адаптация и совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографической студии; новизна программы заключается в использовании новых педагогических технологий в проведении занятий.

Инновационность программы - программа позволяет решать задачи начального танцевального обучения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся. Ребенку прививается интерес к танцу, необходимые двигательные навыки, умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм, воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки.

Форма реализации программы: коллективная (несколько групп студии или весь коллектив), групповая (осуществляется с группой учащихся состоящих из трех и более человек), индивидуальная (работа с солистами, наиболее одаренными детьми; с детьми, не усвоивших пройденный материал, отстающими детьми). Формой представления и демонстрации результатов освоения программы являются: входная, промежуточная и итоговая диагностика, учебное занятие контроля знаний, контрольный урок, концертная деятельность, конкурсы детского танцевального творчества городского, регионального, всероссийского и международного уровня.

В рамках РИП к программе разработана учебно-методическое пособие, как средство обеспечения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ художественной направленности в учреждениях дополнительного образования – Центр детского творчества «Техника безопасности на уроках хореографии».

Адресат программы - программа адресована детям в возрасте от 7 до 14 лет. Программа рассчитана на детей с разной степенью одаренности и склонности к танцевальному искусству; предполагает постепенное развитие природных данных обучающихся; строгую последовательность изучения и овладения хореографической лексикой и техническими приемами.

Возраст от 7 до 10 лет наиболее благоприятный для развития физических и умственных сил. У детей младшего школьного возраста необходимо воспитывать привычку к волевым усилиям – настойчивость, выдержку, упорство, давая им посильные задания; реализовать естественную потребность ребенка в движении, развивая ловкость, координацию, танцевальную выразительность, сочетая статичные движения с

динамическими, активными комбинациями; увеличивать объем и интенсивность нагрузок постепенно; совершенствовать технику исполнения; развивать сознательное отношение к делу, дисциплинированность, самостоятельность; заострять внимание на положительных моментах, закреплять состояние успеха.

В период 11-14 лет у детей происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений. Развитие нервной и сердечно-сосудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом. В этом возрасте происходит изучение более сложных движений и комбинаций, осуществляются более объемные постановочные работы.

Объем и срок освоения программы – общее количество учебных часов: 792; срок реализации программы 4 года.

Формы обучения: очная. Обучение хореографии строится на активном взаимодействии педагога с детьми. Развитие интереса детей к танцевальному искусству зависит от тех средств, форм и методов обучения и воспитания, которые применяет педагог на занятиях.

Особенности организации образовательного процесса - комплектование групп детей происходит по возрастному принципу без предварительного отбора и осуществляется в установленные учреждением сроки при наличии медицинской справки и по личному заявлению родителей (лиц их заменяющих). Количество детей в группе от 12 до 15 человек, в зависимости от года обучения. Состав группы постоянный. Смена части коллектива происходит по причине болезни, перемены места жительства или изменения интереса детей.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий – дети первого года обучения (1-й и 2-й модули) занимаются 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю) - 144 часа в год. Дети второго, третьего и четвертого года обучения (с 3-й по 14-й модули) - 3 раза в неделю по 2 часа (6 часов в неделю) - 216 часов в год.

Данная программа состоит из 14 модулей.

Уровень реализуемой программы – стартовый. Программа сориентирована на работу педагога с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие танцевальных навыков. Данная программа реализуется как первая ступень - переход к базовой программе обучения.

1.2 Цель и задачи программы:

Цель:

Развитие творческого потенциала личности ребенка через формирование общей физической культуры и овладение основами в области хореографического искусства.

Задачи:

Образовательные задачи:

- знакомство с основными терминами хореографии;
- обучение основным движениям классического танца;
- обучение основным движениям эстрадного танца;
- обучение основным движениям современного танца.

Развивающие задачи:

- развитие музыкальных способностей;
- формирование сценического мастерства;
- развитие двигательных качеств и умений;
- развитие творческих способностей.

Воспитательные задачи:

- воспитание социальных и нравственно-коммуникативных качеств личности;
- формирование эстетического вкуса с помощью подбора и накопления танцевального репертуара.
- формирование навыков общения среди сверстников;
- создание творческой атмосферы в коллективе.

1.3 Содержание программы

Учебный план

Модуль 1

№ п/п	Название раздела, Темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности	10	2	8	Входная диагностика.
2.	Партерная гимнастика	26	2	24	Промежуточная диагностика.
3.	Классический танец	10	2	8	Итоговая диагностика.
4.	Эстрадный танец	12	2	10	
5.	Концертная деятельность	6	2	4	
Итого:		64	10	54	
Модуль 2					
1.	Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности	14	2	12	
2.	Партерная гимнастика	30	2	28	

3.	Классический танец	14	2	12	Входная диагностика.
4.	Эстрадный танец	14	2	12	Промежуточная диагностика.
5.	Концертная деятельность	8	2	6	Итоговая диагностика.
Итого:		80	10	70	

Содержание учебного плана

Модуль 1

Раздел 1. Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия ритмической азбуки и эмоциональной выразительности.

Функции ритмической азбуки и эмоциональной выразительности.

Практика: Танцевальные перестроения (линия, колонна (по одному, по два, по четыре человека), круг - полукруг, круг - два круга, «цепочка» - «змейка», круг - «звездочка», диагональ. Детские танцы («Ладошки», «Стирка»). Развитие эмоциональной выразительности: тренировка внимания, пластические этюды на эмоциональную выразительность («снежинка», «цветок», «игра с мячом»), тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Знакомство с элементарными знаниями анатомии человека и системой дыхания.

Практика: Упражнения на напряжение и расслабление мышц (вытягивание ног и пальцев ног и сокращение стоп), «пистолетик», поочередное поднятие прямых ног (на высоту 45 и 90 градусов), маленькая и большая «книжечка», наклоны корпуса вперед к прямым ногам, «полумост», поднятие прямой спины от пола, поднять прямую ногу вверх, «березка», «подъемный кран», «морская звезда», наклоны корпуса (к правой, левой ноге, вперед), «птица», переход через поперечный шпагат в положение лежа на животе, «лягушка», «рыбка», «кошка», «русалочка»,

«лодочка», «подготовка к мостику», «мостик», «щучка», растяжка (упражнения на растягивание связок ног в положении сидя), «шпагаты».

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия классического экзерсиса.

Практика: Точки класса, позиции ног (1,2,3,5,4), позиции рук, повороты и наклоны головы, DEMI-PLIE (по 1,2,3,5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 1, 5 позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 1, 5 позициям вперед, в сторону и назад), PASSE PAR TERRE, ROND DE JAMBE PAR TERRE по ¼ круга (en dehors, en dedans), BATTEMENT TENDU JETE (из 1, 5 позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT RELEVE LENT на 45 градусов (вперед, в сторону и назад), RELEVE (на п/п (по 1, 2, 3, 5 позициям. Экзерсис на середине зала: положение EN FACE, EPOULEMENT CROISEE в 5 позицию, PORT DE BRAS 1, повороты на п/п на одном месте в 5 позиции с поворотом головы в зеркало, галоп, pas польки.

Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1 позиции.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: шаги с высоко поднятыми коленями, приставные шаги в сторону, двойной приставной шаг в сторону (с хлопком руками), «развернутый треугольник», шаг в сторону и точка (тэп) - удар носком об пол, шаг в сторону и кик - выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой, «пружинка» с шагом, повороты, наклоны и круговые движения головой, поднимание и опускание плеч; круговые движения плечами вперед и назад, круговые движения кистями рук, от локтя (к себе, от себя), «мельница», сгибание и разгибание рук из положения «руки в стороны», движение рук «волна», «змейка», движения корпусом от талии (работа диафрагмой из стороны в сторону, вперед, назад), наклоны в стороны с поднятыми вверх руками - «дерево», наклоны в диагональ - «буратино», наклоны в стороны - «обезьянка» (руки в «замке» за головой), наклоны вперед с вытягиванием шеи вперед, движение «волна» в сторону, движение бедрами из стороны в сторону, «восьмерка», «скрутка» бедрами (с переходом с ноги на ногу), движения

коленями из стороны в сторону (на plie), «пружинка», круговые движения, поочередные круговые движения коленями (en dehors, en dedans), подъем на п/п с переходом на пятки, раскрытие стоп из 1-ой параллельной в 1-ую позицию (вместе и поочередно), «ёлочка», «гармошка», выпады в сторону «слоник», три шага на месте с высоко поднятыми коленями, прыжки с поджатыми ногами, подскоки на месте, TEMPS LEVE SAUTE по 1-ой параллельной позиции (на месте, из стороны в сторону).

Раздел 5. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах.

Модуль 2

Раздел 1. Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия ритмической азбуки и эмоциональной выразительности. Функции ритмической азбуки и эмоциональной выразительности.

Практика: Танцевальные перестроения (линия, колонна (по одному, по два, по четыре человека), круг - полукруг, круг - два круга, «цепочка» - «змейка», круг - «звездочка», диагональ, шахматное построение из колонны, круг в круге, «воротца», «шторка», «восьмерка», «расческа». Детские танцы («Ладони», «Стирка», «Ой, ля-ля», «Фигурный марш», «Лошадки»). Развитие эмоциональной выразительности: тренировка внимания, пластические этюды на эмоциональную выразительность («снежинка», «цветок», «игра с мячом», «надувание шарика», «я - чайник»), тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало», «Услышь меня»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Знакомство с элементарными знаниями анатомии человека и системой дыхания.

Практика: Упражнения на напряжение и расслабление мышц (вытягивание ног и пальцев ног и сокращение стоп), «пистолетик», поочередное поднятие прямых ног (на высоту 45 и 90 градусов), маленькая и большая «книжечка», наклоны корпуса вперед к прямым ногам, «полумост», поднятие прямой спины от пола, поднять прямую ногу вверх, ROND до стороны, «березка», «подъемный кран», «морская звезда»,

наклоны корпуса (к правой, левой ноге, вперед), «птица», переход через поперечный шпагат в положение лежа на животе, «лягушка», «рыбка», «корзиночка», «кошка», «кошка лезет под забор», «русалочка», «лодочка», «подготовка к мостику», «мостик», «шучка», «горка», подготовка к кувырку, растяжка (упражнения на растягивание связок ног в положении сидя), «шпагаты».

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия классического экзерсиса.

Практика: Точки класса, позиции ног (1,2,3,5,4), позиции рук, повороты и наклоны головы, DEMI-PLIE (по 1,2,3,5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 1, 5 позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 1, 5 позициям вперед, в сторону и назад), PASSE PAR TERRE, ROND DE JAMBE PAR TERRE по $\frac{1}{4}$ круга (en dehors, en dedans), BATTEMENT TENDU JETE (из 1, 5 позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT RELEVE LENT на 45 градусов (вперед, в сторону и назад), RELEVE (на п/п (по 1, 2, 3, 5 позициям), GRAND PLIE (по 1, 2, 5 позициям), положение условного SUR LE COUS DE PIED спереди, BATTEMENT RELEVE LENT (на 90 градусов в сторону), GRANDS BATTEMENTS JETE (из 1 позиции в сторону), 1, 2 PORT DE BRAS, перегибы корпуса (назад, в сторону, стоя лицом к палке в 1 позиции), полуповороты у палки в 5 позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: положение EN FACE, EPOULEMENT CROISEE в 5 позицию, PORT DE BRAS 1, 2, ARABESGUE 1, 2, RELEVE на п/п (по 1, 2, 5 позициям), повороты на п/п на одном месте в 5 позиции с поворотом головы в зеркало, туры chaines, PAS COURU, PAS SUIVI, галоп, pas польки.

Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2 позиции.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: шаги с высоко поднятыми коленями, приставные шаги в сторону, двойной приставной шаг в сторону (с хлопком руками), «развернутый треугольник», шаг в сторону и точка (тэп) - удар носком об пол, шаг в сторону и кик - выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой, «пружинка» с шагом, повороты, наклоны и круговые движения головой, поднятие и опускание плеч; круговые движения плечами вперед и назад, круговые движения кистями рук, от

локтя (к себе, от себя), «мельница», сгибание и разгибание рук из положения «руки в стороны», движение рук «волна», «змейка», движения корпусом от талии (работа диафрагмой из стороны в сторону, вперед, назад), наклоны в стороны с поднятыми вверх руками - «дерево», наклоны в диагональ - «буратино», наклоны в стороны - «обезьянка» (руки в «замке» за головой), наклоны вперед с вытягиванием шеи вперед, движение «волна» в сторону, движение бедрами из стороны в сторону, «восьмерка», «скрутка» бедрами (с переходом с ноги на ногу), движения коленями из стороны в сторону (на plie), «пружинка», круговые движения, поочередные круговые движения коленями (en dehors, en dedans), подъем на п/п с переходом на пятки, раскрытие стоп из 1-ой параллельной в 1-ую позицию (вместе и поочередно), «ёлочка», «гармошка», выпады в сторону «слоник», три шага на месте с высоко поднятыми коленями, прыжки с поджатыми ногами, подскоки на месте, TEMPS LEVE SAUTE по 1-ой параллельной позиции (на месте, из стороны в сторону).

Раздел 5. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах.

Учебный план

Модуль 3

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности	10	2	8	
2.	Партерная гимнастика	26	2	24	
3.	Классический танец	10	2	8	Входная диагностика.

4.	Эстрадный танец	12	2	10	Промежуточная диагностика.
5.	Концертная деятельность	6	2	4	Итоговая диагностика.
Итого:		64	10	54	

Модуль 4

1.	Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности	6	2	4	
2.	Партерная гимнастика	12	2	10	
3.	Классический танец	6	2	4	Входная диагностика.
4.	Эстрадный танец	8	2	6	Промежуточная диагностика.
5.	Концертная деятельность	6	2	4	Итоговая диагностика.
Итого:		38	10	28	

Модуль 5

1.	Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности	14	2	12	
2.	Партерная гимнастика	30	2	28	
3.	Классический танец	14	2	12	Входная

					диагностика.
4.	Эстрадный танец	14	2	12	Промежуточная диагностика.
5.	Концертная деятельность	8	2	6	Итоговая диагностика.
Итого:		80	10	70	
Модуль 6					
1.	Ритмическая азбука и развитие эмоциональной выразительности	6	2	4	
2.	Партерная гимнастика	8	2	6	
3.	Классический танец	6	2	4	Входная диагностика.
4.	Эстрадный танец	8	2	6	Промежуточная диагностика.
5.	Концертная деятельность	6	2	4	Итоговая диагностика.
Итого:		34	10	24	

Содержание учебного плана

Модуль 3
Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка», «Нарцисс и озеро».

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), джазовая растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), положение условного SUR LE COUS DE PIED спереди, положение ноги SUR LE COUS DE PIED (спереди и сзади), BATEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, PORT DE BRAS 1, 2, ARABESQUE 1, TEMPS LIE PAR TERRE, RELEVÉ на п/п по 1, 2, 5 позициям, туры chaines. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «Пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с

положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 градусов, бег с высоко поднятыми коленями (3 раза) на 4-ый - подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук.

Раздел 5. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 4

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка», этюды на эмоциональную выразительность: «Танец лягуров».

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад),

джазовая растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), положение условного SUR LE COUS DE PIED спереди, положение ноги SUR LE COUS DE PIED (спереди и сзади), BATEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, PORT DE BRAS 1, 2, ARABESQUE 1, TEMPS LIE PAR TERRE, RELEVÉ на п/п по 1, 2, 5 позициям, туры chaines. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «Пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение

«елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза) на 4-ый - подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук.

Раздел 5. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 5

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка», «Нарцисс и озеро», этюды на эмоциональную выразительность: «Танец лягуров», «Тучка».

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), джазовая растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied

(из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), положение условного SUR LE COUS DE PIED спереди, положение ноги SUR LE COUS DE PIED (спереди и сзади), BATEMENT RELEVE LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, ARABESGUE 1, 2, TEMPS LIE PAR TERRE, RELEVE на п/п по 1, 2, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, туры chaines. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHENGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «Пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза) на 4-ый - подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра,

двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 6

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка», «Нарцисс и озеро», этюды на эмоциональную выразительность: «Танец лягушек», «Тучка».

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), джазовая растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), положение условного SUR LE COUS DE PIED спереди, положение ноги SUR LE COUS DE PIED (спереди и сзади), BATEMENT RELEVÉ LENT (на

90 градусов вперед, в сторону и назад), GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, ARABESGUE 1, 2, TEMPS LIE PAR TERRE, RELEVÉ на п/п по 1, 2, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, туры chaines. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «Пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза) на 4-ый - подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила

поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Учебный план

Модуль 7

№ п/п	Название раздела, Темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Развитие эмоциональной выразительности	6	2	4	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	12	2	10	
3	Классический танец	10	2	8	Промежуточная диагностика.
4	Эстрадный танец	14	2	12	
5	Современный танец	12	2	10	
6	Концертная деятельность	10	2	8	Итоговая диагностика.
Итого:		64	12	52	

Модуль 8

1	Развитие эмоциональной выразительности	4	2	2	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	6	2	4	

3	Классический танец	6	2	4	Промежуточная диагностика.
4	Эстрадный танец	8	2	6	
5	Современный танец	8	2	6	
6	Концертная деятельность	6	2	4	Итоговая диагностика.
Итого:		38	12	26	
Модуль 9					
1	Развитие эмоциональной выразительности	4	2	2	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	12	2	10	
3	Классический танец	6	2	4	Промежуточная диагностика.
4	Эстрадный танец	14	2	12	
5	Современный танец	10	2	8	
6	Концертная деятельность	20	2	18	Итоговая диагностика.
Итого:		80	12	68	

Модуль 10					
1	Развитие эмоциональной выразительности	4	2	4	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	6	2	4	
3	Классический танец	6	2	4	Промежуточная диагностика.
4	Эстрадный танец	8	2	6	
5	Современный танец	6	2	4	
6	Концертная деятельность	18	2	16	Итоговая диагностика.
Итого:		34	12	22	

Содержание учебного плана

Модуль 7	
Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.	
<i>Теория:</i> Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.	
<i>Практика:</i> Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка».	
Раздел 2. Партерная гимнастика.	
<i>Теория:</i> Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.	
<i>Практика:</i> упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), джазовая растяжка.	
Раздел 3. Классический танец.	

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans), BATEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, ARABESQUE 1, 2, TEMPS LIE PAR TERRE, RELEVÉ на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, подготовка к турам и туры SUR LE COU- DE-PIED (из 5-ой позиции), туры chaines, Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «кач с акцентом коленей вперед», «кач с работой корпуса», «пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка»,

круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка.

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-poz; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, проучивание Flat back вперед из положения стоя, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, проучивание шага Flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 8

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка», «Нарцисс и озеро», тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), джазовая растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4, ARABESQUE 1, 2, TEMPS LIE PAR TERRE, RELEVÉ на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, туры chaines, Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «кач с акцентом коленей вперед», «кач с работой корпуса», «пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на

носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка.

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа

плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, Flat back вперед из положения стоя, Flat back вперед в сочетании с работой рук, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, шаг Flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 9

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка», «Нарцисс и озеро», тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало», «Скульптор и глина»), этюды на эмоциональную выразительность: «Танец лямуров», «Гучка».

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), джазовая растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позиция ног

вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE PIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), PETIT BATTEMENT SUR LE COUS DE PIED, ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans), BATEMENT RELEVE LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), BATTEMENT DEVELOPPE, GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4, ARABESGUE 1, 2, 3, TEMPS LIE PAR TERRE, RELEVE на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, подготовка к турам и туры SUR LE COU- DE-PIED (из 5-ой позиции), туры chaines, SOUTENU поворот. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHENGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, ASSEMBLE (изучается только в сторону), PAS DE BASCUE (сценическая форма), PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «кач с акцентом коленей вперед», «кач с работой корпуса», «пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с

работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа мышц в положении сидя, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, упражнения stretch-характера в положении сидя, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, проучивание Flat back вперед из положения стоя, Flat back вперед в сочетании с работой рук, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, проучивание шага Flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам, Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 10

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Кошка», «Нарцисс и озеро», тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало», «Скульптор и глина»), этюды на эмоциональную выразительность: «Танец лямуров», «Тучка».

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение «карандаш - яблочко - виноград», «маленькая книжечка», «большая книжка», «дельфин», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «пистолетик» (с подъемом корпуса, наклоном корпуса вперед, назад), «лягушка», «горка», «воротца», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), джазовая растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE PIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), PETIT BATTEMENT SUR LE COUS DE PIED, ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans), BATEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), BATTEMENT DEVELOPPE, GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у

палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4, ARABESGUE 1, 2, 3, TEMPS LIE PAR TERRE, RELEVÉ на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, подготовка к турам и туры SUR LE COU- DE-PIED (из 5-ой позиции), туры chaines, SOUTENU поворот. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, ASSEMBLE (изучается только в сторону), PAS DE BASCUE (сценическая форма), PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «кач с акцентом коленей вперед», «кач с работой корпуса», «пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа мышц в положении сидя, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, упражнения stretch-характера в положении сидя, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, проучивание Flat back вперед из положения стоя, Flat back вперед в сочетании с работой рук, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, проучивание шага Flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам, Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Учебный план

Модуль 11

№ п/п	Название раздела, Темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Развитие эмоциональной выразительности	6	2	4	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	12	2	10	
3	Классический танец	10	2	8	Промежуточная диагностика.
4	Эстрадный танец	14	2	12	
5	Современный танец	12	2	10	
6	Концертная деятельность	10	2	8	Итоговая диагностика.
Итого:		64	12	52	
Модуль 12					
1	Развитие эмоциональной выразительности	4	2	2	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	6	2	4	
3	Классический танец	6	2	4	Промежуточная диагностика.
4	Эстрадный танец	8	2	6	
5	Современный танец	8	2	6	

6	Концертная деятельность	6	2	4	Итоговая диагностика.
Итого:		38	12	26	
Модуль 13					
1	Развитие эмоциональной выразительности	4	2	2	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	12	2	10	
3	Классический танец	6	2	4	Промежуточная диагностика.
4	Эстрадный танец	14	2	12	
5	Современный танец	10	2	8	
6	Концертная деятельность	20	2	18	Итоговая диагностика.
Итого:		80	12	68	
Модуль 14					
1	Развитие эмоциональной выразительности	4	2	4	Входная диагностика.
2	Партерная гимнастика	6	2	4	
3	Классический танец	6	2	4	Промежуточная диагностика.

					ка.
4	Эстрадный танец	8	2	6	
5	Современный танец	6	2	4	
6	Концертная деятельность	18	2	16	Итоговая диагностика.
Итого:		34	12	22	

Содержание учебного плана

Модуль 11

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Водоросли», тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение для развития свода стопы, «маленькая книжечка», «большая книжечка», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «самолетик», «лодочка», «лягушка», «горка», «кольцо», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног

вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE PIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), PETIT BATTEMENT SUR LE COUS DE PIED, ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans), BATEMENT RELEVE LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), BATTEMENT DEVELOPPE, GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, ECARTEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4, ARABESGUE 1, 2, 3, , RELEVE на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, подготовка к турам, туры chaines, SOUTENU поворот. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, ASSEMBLE (изучается только в сторону), PAS DE BASCUE (сценическая форма), PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «кач» с акцентом колени вперед, «кач» с работой корпуса, «кач» с акцентом колени назад, «кач» с «волной», «пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук,

упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа мышц в положении сидя, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, упражнения stretch-характера в положении сидя, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, проучивание flat back вперед из положения стоя, Flat back вперед в сочетании с работой рук, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, проучивание шага flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам, Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам. Кросс (движения исполняются по диагонали или по прямой линии с продвижением: PAS DE BOURRE с продвижением (движение исполняется на PLIE, первый шаг делается назад, за опорную ногу, третий шаг - с пятки), трамплинный

прыжок по 1-ой параллельной позиции (рабочая нога на положении SUR LE COUS DE PIED, руки внизу, ладони параллельны полу), пережат по полу на 5-ой точке через подъем стопы.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 12

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Водоросли», «Нарцисс и озеро», тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало», «Скульптор и глина»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение для развития свода стопы, «маленькая книжечка», «большая книжечка», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «самолетик», «лодочка», «лягушка», «горка», «кольцо», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE PIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45

градусов), PETIT BATTEMENT SUR LE COUS DE PIED, ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans), BATEMENT RELEVE LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), BATTEMENT DEVELOPPE, GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, ECARTEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4, ARABESGUE 1, 2, 3, RELEVE на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, подготовка к турам, туры chaines, SOUTENU поворот. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, ASSEMBLE (изучается только в сторону), PAS DE BASCUE (сценическая форма), PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «кач» с акцентом колени вперед, «кач» с работой корпуса, «кач» с акцентом колени назад, «кач» с «волной», «пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию),

бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа мышц в положении сидя, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, упражнения stretch-характера в положении сидя, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, проучивание flat back вперед из положения стоя, Flat back вперед в сочетании с работой рук, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, проучивание шага flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам, Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам. Кросс (движения исполняются по диагонали или по прямой линии с продвижением: PAS DE BOURRE с продвижением (движение исполняется на PLIE, первый шаг делается назад, за опорную ногу, третий шаг - с пятки), трамплинный прыжок по 1-ой параллельной позиции (рабочая нога на положении SUR LE COUS DE PIED, руки внизу, ладони параллельны полу), перекал по полу на 5-ой точке через подъем стопы, перекал по полу на спине через подъем стопы.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 13

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Водоросли», «Нарцисс и озеро», тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало», «Скульптор и глина», «Тень»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение для развития свода стопы, «маленькая книжечка», «большая книжка», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «самолетик», «лодочка», «лягушка», «горка», «кольцо», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE FIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), PETIT BATTEMENT SUR LE COUS DE PIED, ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans), BATEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), BATTEMENT DEVELOPPE, GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-

ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, ECARTEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4, 5, ARABESGUE 1, 2, 3, 4, TEMPS LIE PAR TERRE с перегибом корпуса, RELEVÉ на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, подготовка к турам и туры SUR LE COU- DE-PIED (из 5-ой позиции), туры chainés, SOUTENU поворот. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, ASSEMBLE (изучается только в сторону), PAS DE BASCUE (сценическая форма), PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «кач» с акцентом колени вперед, «кач» с работой корпуса, «кач» с акцентом колени назад, «кач» с «волной», «пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями

рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа мышц в положении сидя, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, упражнения stretch-характера в положении сидя, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, проучивание flat back вперед из положения стоя, Flat back вперед в сочетании с работой рук, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, проучивание шага flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам, Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам. Кросс (движения исполняются по диагонали или по прямой линии с продвижением: PAS DE BOURRE с продвижением (движение исполняется на PLIE, первый шаг делается назад, за опорную ногу, третий шаг - с пятки), трамплинный прыжок по 1-ой параллельной позиции (рабочая нога на положении SUR LE COUS DE PIED, руки внизу, ладони параллельны полу), скользящий бег на PLIE, PAR CHASSE по 5-ой позиции с выносом бедра вперед, полуповороты (и. п.: 1-я параллельная позиция, правым боком по ходу движения, руки в 1-ой джазовой позиции; шаг правой ногой (PLIE по 2-ой параллельной позиции, п.н. на высоком п/п); руки раскрываются во 2-ую джазовую позицию; полуповорот вправо, ноги собрать в 1-ю параллельную

позицию, руки в 1-ю позиции, исполнить движение с левой ноги), пережат по полу на 5-ой точке через подъем стопы, пережат по полу на спине через подъем стопы.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

Модуль 14

Раздел 1. Развитие эмоциональной выразительности.

Теория: Понятия эмоциональной выразительности. Функции эмоциональной выразительности.

Практика: Тренировка внимания (быстрое переключение внимания с одного предмета на другой), пластические этюды: «Водоросли», «Нарцисс и озеро», тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение («Зеркало», «Скульптор и глина», «Тень»).

Раздел 2. Партерная гимнастика.

Теория: Понятия партерной гимнастики. Функции партерной гимнастики.

Практика: упражнение для развития свода стопы, «маленькая книжечка», «большая книжка», «складка» (вытянутой стопой, с сокращенной стопой, «самолетик», «лодочка», «лягушка», «горка», «кольцо», «березка» (двумя ногами, с разножкой), «деревце», «планка», «складка - пережат - складка», «пережат», «мостик», стойка на руках, перевороты (вперед, назад), растяжка.

Раздел 3. Классический танец.

Теория: Понятия элементов классического танца, знание техники исполнения элементов классического танца.

Практика: DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 4, 5 позициям), RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 4, 5 позициям), BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE (из 5-ой позиции ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад), BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног), BATTEMENT TENDU JETE PIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад), ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans), BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45

градусов), BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов), PETIT BATTEMENT SUR LE COUS DE PIED, ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans), BATEMENT RELEVE LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад), BATTEMENT DEVELOPPE, GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад), полуповорот и полный поворот у палки в 5-ой позиции на двух ногах. Экзерсис на середине зала: большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE, ECARTEE, PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4, 5, ARABESGUE 1, 2, 3, 4, TEMPS LIE PAR TERRE с перегибом корпуса, RELEVE на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям, PAS DE BOURRE с переменной ног, подготовка к турам и туры SUR LE COU- DE-PIED (из 5-ой позиции), туры chaines, SOUTENU поворот. Allegro: TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позициям, CHANGEMENT DE PIED, ECHAPPE по 2-ой позиции, ASSEMBLE (изучается только в сторону), PAS DE BASCUE (сценическая форма), PAS BALANCE.

Раздел 4. Эстрадный танец.

Теория: Понятия элементов эстрадного танца. Знание техники исполнения движений эстрадного танца.

Практика: «кач» с акцентом колени вперед, «кач» с работой корпуса, «кач» с акцентом колени назад, «кач» с «волной», «пружинка» с шагом, шаг правой ногой вперед, левую ногу вынести на носок вперед (шаг левой ногой назад, правую ногу поставить на п/п назад), шаг правой ногой в сторону, левую ногу поставить накрест назад на п/п (с работой рук), тройной шаг с высоко поднятыми ногами, SAUTE по 1-ой параллельной позиции, тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied, шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону, выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции, повороты, наклоны и круговые движения головой на шагах, поочередное и одновременное поднятие, опускание плеч, круговые движения плечами с работой ног, работа кистями рук, поочередные и одновременные круговые движения рук в локтевом суставе, вращение руками, упражнение для рук «волна», круговые движения «диафрагмой», упражнение «волна» для корпуса (в сторону, вперед и назад), вращение туловищем, наклоны туловища из стороны в сторону, вперед-назад, с работой рук, покачивание бедрами из стороны в сторону, «скрутка», «восьмерка», обратная «восьмерка», круговые движения коленями, круговые движения коленями наружу и вовнутрь (одновременные и поочередные), упражнение «гармошка» с работой рук, упражнение «елочка» в различных ритмических рисунках, прыжки по 1-ой параллельной позиции из стороны в сторону, «Маятник» из стороны в сторону на 45 и 90 градусов, обратная «моталочка», бег с высоко

поднятыми коленями (3 раза), на 4-ый-подскок, носок рабочей ноги у колена опорной, прыжки со сменой позиций ног (из 2-ой в 5-ю позицию), бег из стороны в сторону с разворотом бедра, двойной «кик» на скачках (вперед, в сторону, назад), подскоки в повороте с различными движениями рук, джазовая растяжка, махи ногами (вперед, в сторону, назад, круговые махи).

Раздел 5. Современный танец.

Теория: Понятия элементов современного танца.

Практика: Упражнения в партере: проработка на полу положений ног – flex, point, проработка на полу положений корпуса: contraction, release, закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца, изолированная работа мышц в положении лежа, изолированная работа мышц в положении сидя, изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа, изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя, круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям, поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): п.н – flex, л.н. – point и наоборот, фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя, выходы на маленькие мостики, упражнения stretch-характера в положении лежа, упражнения stretch-характера в положении сидя, дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, упражнения на середине зала, основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр, основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4, изолированная работа головы в положении стоя, изолированная работа плеч в положении стоя, изолированная работа рук в положении стоя, изолированная работа грудной клетки в положении стоя, изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя, изолированная работа ног, стоп в положении стоя, проучивание flat back вперед из положения стоя, Flat back вперед в сочетании с работой рук, Flat back в сторону, подготовка к пируэтам. Кроссы: шоссе, па-де-ша, проучивание шага flat step в чистом виде, Flat step в plie, Temps sauté, Temps sauté по точкам, Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам. Кросс (движения исполняются по диагонали или по прямой линии с продвижением: PAS DE BOURRE с продвижением (движение исполняется на PLIE, первый шаг делается назад, за опорную ногу, третий шаг - с пятки), трамплинный прыжок по 1-ой параллельной позиции (рабочая нога на положении SUR LE COUS DE PIED, руки внизу, ладони параллельны полу), скользящий бег на PLIE, PAR CHASSE по 5-ой позиции с выносом бедра вперед,

полуповороты (и. п.: 1-я параллельная позиция, правым боком по ходу движения, руки в 1-ой джазовой позиции; шаг правой ногой (PLIE по 2-ой параллельной позиции, п.н. на высоком п/п); руки раскрываются во 2-ую джазовую позицию; полуповорот вправо, ноги собрать в 1-ю параллельную позицию, руки в 1-ю позиции, исполнить движение с левой ноги), перекат по полу на 5-ой точке через подъем стопы, перекат по полу на спине через подъем стопы.

Раздел 6. Концертная деятельность.

Теория: Подготовка к концертным и конкурсным выступлениям. Правила поведения во время концертной и конкурсной деятельности.

Практика: Разучивание комбинаций танцевальных номеров, постановка танца, отработка танцевальных номеров, участие в концертах и конкурсах.

1.4 Планируемые результаты

В результате обучения по программе учащиеся будут **знать:**

- специальную терминологию;
- основы техники исполнения движений партерной гимнастики;
- основы техники исполнения движений классического, эстрадного и современного танца;

Учащиеся будут **уметь:**

- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца;
- исполнять основные движения классического танца;
- исполнять основные движения эстрадного танца;
- исполнять основные движения современного танца;
- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы танца;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- взаимодействовать друг с другом и другими людьми;
- принимать участие в хореографических концертах, конкурсах, фестивалях различного уровня.

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий» (КУГ)

2.1 Календарный учебный график (КУГ)

Количество учебных недель:

1-го модуля - 17 недель

2-го модуля - 22 недели

3-го модуля - 11 недель

4-го модуля - 6 недель

5-го модуля - 15 недель

6-го модуля - 7 недель

7-го модуля - 11 недель

8-го модуля - 6 недель

9-го модуля - 15 недель

10-го модуля - 7 недель

11-го модуля - 11 недель

12-го модуля - 6 недель

13-го модуля - 15 недель

14-го модуля - 7 недель

Количество учебных дней:

1-го модуля - 34 дня

2-го модуля - 44 дня

3-го модуля - 33 дня

4-го модуля - 18 дней

5-го модуля - 45 дней

6-го модуля - 21 день

7-го модуля - 33 дня

8-го модуля - 18 дней

9-го модуля - 45 дней

10-го модуля - 21 день

11-го модуля - 33 дня

12-го модуля - 18 дней

13-го модуля - 45 дней

14-го модуля - 21 день

Начала учебного периода обучения:

1-го модуля - с 1 сентября по 31 мая

2-го модуля – с 1 января по 31 мая

3-го модуля – с 1 сентября по 17 ноября

4-го модуля – с 18 ноября по 31 декабря

5-го модуля – с 1 января по 12 апреля

6-го модуля – с 13 апреля по 31 мая

7-го модуля - с 1 сентября по 17 ноября

8-го модуля - с 18 ноября по 31 декабря

9-го модуля - с 1 января по 12 апреля

10-го модуля - с 13 апреля по 31 мая

11-го модуля - с 1 сентября по 17 ноября

12-го модуля - с 18 ноября по 31 декабря

13-го модуля - с 1 января по 12 апреля

14-го модуля - с 13 апреля по 31 мая

Модуль 1

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Учебное занятие	2	Понятия ритмической азбуки и эмоциональной выразительности.		
2				Учебное занятие	2	Музыкальные понятия.		Входная диагностика.
3				Занятие-игра	2	Танцевальные перестроения.		
4				Учебное	2	Понятия		

				занятие		элементов эстрадного танца.		
5				Учебное занятие	2	Упражнения на растяжение мышц шеи, рук, корпуса, спины.		
6				Учебное занятие	2	Шаги, подскоки, прыжки.		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
8				Учебное занятие	2	Знакомство с элементарными знаниями анатомии человека и системой дыхания.		
9				Учебное занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, спины		
10				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
11				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса..		
12				Учебное занятие	2	Понятие элементов классического экзерсиса.		
13				Учебное занятие	2	Позиции рук и ног.		

14				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
15				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
16				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
17				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
18				Учебное занятие	2	Растяжка.		
19				Занятие-игра	2	Танец «Ладочки»		
20				Занятие-игра	2	Танец «Ой-ля-ля».		
21				Занятие-игра	2	Тренировка внимания.		
22				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
23				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
24				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
25				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		

26			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
27			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
28			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		Промежуточная диагностика.
29			Учебное занятие	2	Растяжка.		
30			Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.		
31			Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
32			Учебное занятие	2	Прыжки.		

Модуль 2

1			Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
2			Занятие-игра	2	Пластические этюды.		
3			Занятие-игра	2	Танец «Стирка».		
4			Занятие-игра	2	Танец «Фигурный марш».		
5			Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.		

6				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
8				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
9				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
10				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
11				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
12				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
13				Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.		
14				Учебное занятие	2	Прыжки.		
15				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
16				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
17				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		

18			Демонстрация видеоматериалов	2	Разучивание комбинаций.		
19			Репитиция	2	Разучивание комбинаций.		
20			Занятия-игра	2	Танцевальные перестроения.		
21			Занятия-игра	2	Игры «Зеркало», «Услышь меня».		
22			Занятия-игра	2	Танец «Лошадки»		
23			Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
24			Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.		
25			Учебное занятие	2	Растяжка.		
26			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата аппарата		
27			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
28			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
29			Учебное	2	Классичес-		

				занятие		кий экзерсис у станка.		
30				Учебное занятие	2	Прыжки.		
31				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
32				Учебное занятие	2	Растяжка		
33				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
34				Открытое занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		Итоговая диагностика.
35				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
36				Учебное занятие	2	Отработка танца.		
37				Учебное занятие	2	Растяжка.		
38				Учебное занятие	2	Растяжка.		
39				Демонстрация видеоматериалов	2	Отработка танца.		
40				Репетиция	2	Отработка танца.		

Модуль 3

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Учебное занятие	2	Понятия ритмичес-		

						кой азбуки и эмоциональной выразительности.		
2				Учебное занятие	2	Музыкальные понятия.		Входная диагностика.
3				Занятие-игра	2	Танцевальные перестроения.		
4				Учебное занятие	2	Понятия элементов эстрадного танца.		
5				Учебное занятие	2	Упражнения на растяжение мышц шеи, рук, корпуса, спины.		
6				Учебное занятие	2	Шаги, подскоки, прыжки.		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
8				Учебное занятие	2	Знакомство с элементарными знаниями анатомии человека и системой дыхания.		
9				Учебное занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, спины		
10				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		

11				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
12				Учебное занятие	2	Понятие элементов классического экзерсиса.		
13				Учебное занятие	2	Позиции рук и ног.		
14				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
15				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
16				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
17				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
18				Учебное занятие	2	Растяжка.		
19				Занятие-игра	2	Танец «Ладшки» «Ой-ля-ля».		
20				Занятие-игра	2	Танец «Лямуров»		
21				Занятие-игра	2	Тренировка внимания.		

22				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
23				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
24				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
25				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
26				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
27				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
28				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
29				Учебное занятие	2	Растяжка.		
30				Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.		
31				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
32				Учебное занятие	2	Прыжки.		

Модуль 4

1				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
2				Занятие-игра	2	Пластические этюды.		
3				Занятие-игра	2	Танец «Стирка».		
4				Занятие-игра	2	Танец «Тучка».		
5				Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.		
6				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
8				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
9				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
10				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
11				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
12				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
13				Учебное занятие	2	Классический экзерсис		

						сис на середине зала.		
14				Учебное занятие	2	Прыжки.		
15				Откры- тое занятие	2	Классичес- кий экзер- сис у стан- ка.		Проме- жуточ- ная диагнос- тика.
16				Учебное занятие	2	Разучива- ние ком- бинаций.		
17				Учебное занятие	2	Разучива- ние ком- бинаций.		
18				Демонст- рация видео- материа- лов	2	Разучива- ние ком- бинаций.		
19				Репети- ция	2	Разучива- ние ком- бинаций.		

Модуль 5

1				Занятие- игра	2	Танцеваль- ные перестрое- ния.		
2				Занятие- игра	2	Пластичес- кий этюд «Кошка».		
3				Занятие- игра	2	Пластичес- кий этюд «Нарцис и озеро».		
4				Учебное занятие	2	Упражне- ния на координ- цию.		
5				Учебное занятие	2	Комбиниро- ванные шаги и прыжки.		
6				Учебное занятие	2	Упражне- ния на гибкость корпуса и		

						спины.		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
8				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
9				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
10				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
11				Учебное занятие	2	Растяжка		
12				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
13				Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.		
14				Учебное занятие	2	Прыжки.		
15				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
16				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
17				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
18				Репетиция	2	Разучивание комбинаций.		
19				Репетиция	2	Отработка комбинаций.		
20				Учебное занятие	2	Упражнения на координ-		

						цию.		
21			Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.			
22			Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.			
23			Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.			
24			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.			
25			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.			
26			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.			
27			Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.			
28			Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.			
29			Учебное занятие	2	Прыжки.			
30			Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.			
31			Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.			
32			Учебное занятие	2	Упражнения для			

						развитие гибкости корпуса.		
33				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
34				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
35				Учебное занятие	2	Растяжка.		
36				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
37				Репетиция	2	Разучивание комбинаций.		
38				Репетиция	2	Постановка танца.		
39				Репетиция	2	Постановка танца.		
40				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		

Модуль 6

1				Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.		
2				Учебное занятие	2	Упражнения на растяжение мышц шеи, рук, корпуса, спины.		
3				Учебное занятие	2	Шаги, подскоки,		

						прыжки.		
4				Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.		
5				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
6				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
7				Концерт	2	Комбинированные шаги и прыжки.		Итоговая диагностика.
8				Репетиция	2	Постановка танца.		
9				Репетиция	2	Постановка танца.		
10				Учебное занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, спины.		
11				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
12				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
13				Учебное занятие	2	Растяжка.		
14				Репетиция	2	Отработка танца.		
15				Репетиция	2	Отработка танца.		
16				Концерт	2	Отработка танца.		

17				Репетиция	2	Отработка танца.		
----	--	--	--	-----------	---	------------------	--	--

Модуль 7

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Учебное занятие	2	Музыкальные понятия.		
2				Занятие-игра	2	Танцевальные перестроения.		Входная диагностика.
3				Занятие-игра	2	Тренировка внимания.		
4				Учебное занятие	2	Понятия элементов эстрадного танца.		
5				Учебное занятие	2	Упражнения на растяжение мышц шеи, рук, корпуса, спины.		
6				Учебное занятие	2	Шаги, подскоки, прыжки.		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
8				Учебное занятие	2	Повторение элементарных знаний анатомии человека и системой		

						дыхания.		
9				Учебное занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, спины		
10				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
11				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
12				Учебное занятие	2	Понятие элементов классического экзерсиса.		
13				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
14				Учебное занятие	2	Техника верчения.		
15				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
16				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
17				Репетиция	2	Разучивание комбинаций.		
18				Репетиция	2	Разучивание комбинаций.		
19				Занятие-игра	2	Танец «Лямуры», «Тучка».		
20				Занятие-	2	Пластическ		

				игра		ие этюды.		
21				Занятие-игра	2	Тренировка внимания.		
22				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
23				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
24				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
25				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
26				Учебное занятие	2	Понятия элементов современного танца.		
27				Учебное занятие	2	Упражнения на релаксацию.		
28				Учебное занятие	2	Дыхательная гимнастика		
29				Учебное занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц.		
30				Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.		
31				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		

32				Учебное занятие	2	Прыжки.		
----	--	--	--	-----------------	---	---------	--	--

Модуль 8

1				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
2				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
3				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
4				Репетиция	2	Разучивание комбинаций.		
5				Учебное занятие	2	Упражнения на релаксацию.		
6				Учебное занятие	2	Дыхательная гимнастика		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц.		
8				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию лежа.		
9				Учебное занятие	2	«Качи».		
10				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
11				Учебное занятие	2	Шаги, подскоки, прыжки.		
12				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
13				Учебное занятие	2	Упражнения на нап-		

						ряжение и расслабление мышц ног, спины		
14				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
15				Учебное занятие	2	Растяжка.		
16				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
17				Открытое занятие	2	Классический экзерсис у станка.		Промежуточная диагностика.
18				Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.		
19				Учебное занятие	2	Прыжки		

Модуль 9

1				Учебное занятие	2	Упражнение «Скульптор и глина»		
2				Занятие-игра	2	Пластический этюд «Кошка».		
3				Занятие-игра	2	Пластический этюд «Нарцис и озеро».		
4				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
5				Учебное	2	Комбиниро		

				занятие		ванные шаги и прыжки.		
6				Учебное занятие	2	Упражне- ния на гибкость корпуса и спины.		
7				Учебное занятие	2	Упражне- ния на изоляцияю.		
8				Учебное занятие	2	Упражне- ния для развитие гибкости корпуса.		
9				Учебное занятие	2	Упражне- ния для развитие выворот- ности ног.		
10				Учебное занятие	2	Упражне- ния для развитие шага.		
11				Учебное занятие	2	Растяжка		
12				Учебное занятие	2	Классичес- кий экзер- сис у стан- ка.		
13				Учебное занятие	2	Классичес- кий экзер- сис на середине зала.		
14				Учебное занятие	2	Упражне- ния на изоляцияю лежа.		
15				Учебное занятие	2	Упражне- ния на изоляцияю лежа.		
16				Учебное занятие	2	Упражне- ния на изоляцияю сидя.		
17				Учебное занятие	2	Позиции рук и ног.		

18				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
19				Репетиция	2	Отработка комбинаций.		
20				Репетиция	2	Отработка комбинаций.		
21				Репетиция	2	Отработка комбинаций.		
22				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
23				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
24				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
25				Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.		
26				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
27				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
28				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
29				Учебное занятие	2	Растяжка.		
30				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		

31				Учебное занятие	2	Прыжки.		
32				Учебное занятие	2	Кросс.		
33				Учебное занятие	2	Кросс.		
34				Учебное занятие	2	Прыжки.		
35				Учебное занятие	2	Прыжки.		
36				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
37				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
38				Репетиция	2	Постановка танца.		
39				Репетиция	2	Постановка танца.		
40				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		

Модуль 10

1				Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.		
2				Учебное занятие	2	Постановка танца.		
3				Учебное занятие	2	Постановка танца.		
4				Репетиция	2	Отработка танца.		
5				Репетиция	2	Отработка танца.		
6				Учебное занятие	2	Растяжка.		
7				Учебное занятие	2	Растяжка.		
8				Репетиция	2	Отработка танца.		

9				Демонстрация видеоматериалов	2	Отработка танца.		
10				Репетиция	2	Отработка танца.		
11				Концерт	2	Отработка танца.		Итоговая диагностика.
12				Учебное занятие	2	Кросс.		
13				Учебное занятие	2	Прыжки.		
14				Учебное занятие	2	Отработка танца.		
15				Репетиция	2	Отработка танца.		
16				Концерт	2	Отработка танца.		
17				Учебное занятие	2	Отработка танца.		

Модуль 11

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Учебное занятие	2	Музыкальные понятия.		
2				Учебное занятие	2	Тренировка внимания.		Входная диагностика.
3				Занятие-игра	2	Пластический этюд «Нарцис и озеро».		
4				Учебное занятие	2	Понятия элементов эстрадного танца.		

5				Учебное занятие	2	Упражнения на растяжение мышц шеи, рук, корпуса, спины.		
6				Учебное занятие	2	Шаги, подскоки, прыжки.		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
8				Учебное занятие	2	Повторение элементарных знаний анатомии человека и системой дыхания.		
9				Учебное занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц ног, спины		
10				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие мышечно-связочного аппарата.		
11				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
12				Учебное занятие	2	Понятие элементов классического экзерсиса.		
13				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		

14				Учебное занятие	2	Техника верчения.		
15				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
16				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
17				Репетиция	2	Разучивание комбинаций.		
18				Репетиция	2	Разучивание комбинаций.		
19				Занятие-игра	2	Пластический этюд «Водоросли».		
20				Занятие-игра	2	Пластический этюд «Тень».		
21				Занятие-игра	2	Тренировка внимания.		
22				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
23				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
24				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
25				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
26				Учебное занятие	2	Понятия элементов современного танца.		
27				Учебное занятие	2	Упражнения на		

						релаксацию.		
28				Учебное занятие	2	Дыхательная гимнастика		
29				Учебное занятие	2	Упражнения на напряжение и расслабление мышц.		
30				Учебное занятие	2	Техника верчения.		
31				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
32				Учебное занятие	2	Прыжки.		

Модуль 12

1				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
2				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
3				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
4				Репетиция	2	Разучивание комбинаций.		
5				Учебное занятие	2	Упражнения на релаксацию.		
6				Учебное занятие	2	Дыхательная гимнастика		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на		

						напряже- ние и расслабле- ние мышц.		
8				Учебное занятие	2	Упражне- ния на изоляция лежа.		
9				Учебное занятие	2	«Качи».		
10				Учебное занятие	2	Упражне- ния на координ- цию.		
11				Учебное занятие	2	Шаги, подскоки, прыжки.		
12				Учебное занятие	2	Упражне- ния на изоляция.		
13				Учебное занятие	2	Упражне- ния на нап- ряжение и расслабле- ние мышц ног, спины		
14				Учебное занятие	2	Упражне- ния для развитие мышечно- связочного аппарата.		
15				Учебное занятие	2	Растяжка.		
16				Учебное занятие	2	Упражне- ния для развитие гибкости корпуса.		
17				Откры- тое занятие	2	Классичес- кий экзер- сис у стан- ка.		Проме- жуточ- ная диагнос- тика.
18				Учебное занятие	2	Классичес- кий экзер- сис на середине зала.		
19				Учебное	2	Прыжки		

				занятие				
--	--	--	--	---------	--	--	--	--

Модуль 13

1				Учебное занятие	2	Упражнение «Скульптор и глина»		
2				Занятие-игра	2	Пластический этюд «Водоросли».		
3				Занятие-игра	2	Пластический этюд «Нарцис и озеро».		
4				Учебное занятие	2	Упражнения на координацию.		
5				Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.		
6				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
7				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
8				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
9				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
10				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
11				Учебное занятие	2	Растяжка		

12				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
13				Учебное занятие	2	Классический экзерсис на середине зала.		
14				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию лежа.		
15				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию лежа.		
16				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию сидя.		
17				Учебное занятие	2	Позиции рук и ног.		
18				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
19				Репетиция	2	Отработка комбинаций.		
20				Репетиция	2	Отработка комбинаций.		
21				Репетиция	2	Отработка комбинаций.		
22				Учебное занятие	2	Упражнения на гибкость корпуса и спины.		
23				Учебное занятие	2	Упражнения на изоляцию.		
24				Учебное	2	Упражне-		

				занятие		ния на координцию.		
25				Учебное занятие	2	Комбинированные шаги и прыжки.		
26				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие гибкости корпуса.		
27				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие выворотности ног.		
28				Учебное занятие	2	Упражнения для развитие шага.		
29				Учебное занятие	2	Растяжка.		
30				Учебное занятие	2	Классический экзерсис у станка.		
31				Учебное занятие	2	Прыжки.		
32				Учебное занятие	2	Кросс.		
33				Учебное занятие	2	Кросс.		
34				Учебное занятие	2	Прыжки.		
35				Учебное занятие	2	Прыжки.		
36				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
37				Учебное занятие	2	Разучивание комбинаций.		
38				Репетиция	2	Постановка танца.		
39				Репетиция	2	Постановка танца.		
40				Учебное занятие	2	«Качи»		

Модуль 14

1				Учебное занятие	2	«Качи»		
2				Репетиция	2	Постановка танца.		
3				Репетиция	2	Постановка танца.		
4				Репетиция	2	Отработка танца.		
5				Репетиция	2	Отработка танца.		
6				Учебное занятие	2	Растяжка.		
7				Учебное занятие	2	Растяжка.		
8				Концерт	2	Отработка танца.		Итоговая диагностика.
9				Репетиция	2	Отработка танца.		
10				Репетиция	2	Отработка танца.		
11				Репетиция	2	Отработка танца.		
12				Учебное занятие	2	Кросс.		
13				Учебное занятие	2	Прыжки.		
14				Репетиция	2	Отработка танца.		
15				Репетиция	2	Отработка танца.		
16				Концерт	2	Отработка танца.		
17				Учебное занятие	2	Отработка танца.		

2.2 Условия реализации программы

К условиям реализации программы относится характеристика следующих аспектов:

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходимо:

- хореографический класс;
- танцевальный станок;
- зеркальная стена;
- репетиционная форма: девочки – черный гимнастический купальник, черные лосины; мальчики – белая футболка, черные шорты;
- танцевальная обувь (балетки, джазовки);
- музыкальный центр;
- рояль;
- DVD плеер;
- коврики, скакалки, гимнастические резинки.

Информационное обеспечение:

- аудиоматериалы с фонограммами;
- видеоматериалы с записями выступлений творческого объединения;
- видеоматериалы с записями выступлений лучших хореографических коллективов и танцоров;
- фотографиями выступлений творческого объединения;
- методические разработки к данной программе;
- методическая литература.

Кадровое обеспечение:

Данную программу реализовывает педагог высшей квалификационной категории Матвеева Маргарита Владимировна. Стаж работы 21 год. В 1995 году окончила УУК. В 2012 году окончила УлГУ. С 1999 года является педагогом студии современной пластики «Флэш». В 2017 году награждена Почетной грамотой Управления образования города Ульяновска.

2.3 Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.

Для отслеживания успешности обучения каждого учащегося используется оценочная десятибалльная система. Она позволяет увидеть пробелы в освоении материала каждым ребенком. Эти пробелы в дальнейшем устраняются на индивидуальных занятиях. В основу механизма оценки воспитательного воздействия на каждого ребенка в коллективе положен метод наблюдения.

Возможны три уровня освоения программы:

- 1 - 4 балла – низкий уровень (качество имеет место)
- 5 - 8 баллов – средний уровень (качество достаточно сформировано)
- 9 - 10 баллов – высокий уровень (качество ярко выражено)

В основу механизма оценивания уровня полученных знаний, умений и навыков положены следующие виды контроля:

- Входная диагностика.
- Промежуточная диагностика.
- Итоговая диагностика.

Входная диагностика (проводится ежегодно в начале учебного года) - система тестовых заданий вводной диагностики разработана с учетом возрастных особенностей детей и предназначена для индивидуальной диагностики детей. Данные задания позволяют выявить их природные данные (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок, гибкость), музыкальность, память на движения, творческую активность. Проведение диагностики необходимо для развития ребенка, выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей, состояния его эмоциональной сферы.

Промежуточная диагностика (проводится ежегодно в конце первого полугодия) - позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень освоения программы учащимися, динамику физического, творческого и личностного развития, соответствие его прогнозируемому и на этой основе оценить успешность выбранных форм и методов обучения, а также при необходимости скорректировать их.

Итоговая диагностика (проводится ежегодно в конце учебного года) - это определение уровня освоения учащимися программы и отслеживание динамики индивидуального развития.

Формы контроля:

- Учебное занятие контроля знаний.
- Открытое занятие.
- Концертная деятельность.
- Конкурсы детского танцевального творчества городского, регионального, всероссийского и международного уровня.

Результаты успешности обучения учащихся фиксируются в таблицах.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

Формами подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются:

- контрольные занятия;
- открытое занятие;
- выступления на концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня.

На каждый учебный год составляется календарный учебный график по каждой учебной группе, план учебно-воспитательной работы, который включает в себя формы воспитательной и организационной деятельности педагога:

- собрания обучающихся;
- родительские собрания;
- выступления различного уровня;
- мероприятия по укреплению объединения.

2.4 Оценочные материалы

Критерии оценок входной, промежуточной и итоговой аттестации:

1 - 4 балла – низкий показатель (неверно выполнение движений);

5 - 8 баллов – средний показатель (выполнение движений с ошибками);

9 - 10 баллов – высокий показатель (четкое выполнение движений).

Диагностика знаний учащихся является важным структурным компонентом процесса обучения и в соответствии с принципами систематичности, последовательности и прочности обучения должна осуществляться в течение всего периода обучения. Для фиксации результатов обучения используются КИМы и диагностические материалы.

Диагностические материалы

1-го и 2-го модулей:

Критерии оценок входной, промежуточной и итоговой аттестации:

1 - 4 балла – низкий показатель (неверно выполнение движений);

5 - 8 баллов – средний показатель (выполнение движений с ошибками);

9 - 10 баллов – высокий показатель (четкое выполнение движений).

Входная диагностика

1. Уровень развития хореографических данных

- Подъем стопы.
- Выворотность.
- «Шаг».
- Гибкость тела.
- Прыжок.

Таблица 1. Входная диагностика хореографических данных

Фамилия и имя ребенка	Подъем стопы	Выворотность ног	Шаг	Гибкость тела	Прыжок	Общие кол-во баллов	Примечание

2. Уровень развития художественной одаренности

- Музыкальность.
- Ритмичность.
- Танцевальность и артистичность.
- Музыкально-ритмическая координация.

Таблица 2. Входная диагностика художественной одаренности

Фамилия и имя ребенка	Музыкальность	Ритмичность	Танцевальность и артистичность	Музыкально-ритмическая координация	Общие кол-во баллов

- Музыкальность определяется умением слышать и воспроизводить мелодию.
- Ритмичность проверяется путем воспроизведения хлопками, притопыванием музыкального рисунка.
- Танцевальность и артистизм определяется умением передавать мелодию через эмоциональный настрой души.
- Музыкально-ритмическая координация – умение координировать, согласовывать движения частей тела под музыку, путем повторения показанных педагогом комбинаций.

Промежуточная диагностика

1. **Основы классического экзерсиса:** выполнить позиции ног (1, 2, 3, 6) и позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3), педагог оценивает постановку корпуса и головы, легкость и правильность исполнения позиций.

2. **Музыкально-ритмическая координация** (элементы игровой технологии: игра «Ритмическое эхо» – воспроизведение ритмического рисунка хлопках и притопыванием ног. Методом включенного наблюдения оценивается правильность и четкость исполнения.

3. Основы партерной гимнастики.

Упражнения на развитие гибкости спины:

- упражнение «Маленькая и большая птичка»;
- упражнение «Корзиночка»;
- упражнение «Бабочка»;

Упражнения на развитие мышечно-связочного аппарата:

- упражнение «Складка»;
- упражнение «Звезда».

Таблица 3.

№	ФИ ребенка	Позиции ног	Позиции рук	Музыкально-ритмическая координация	Упражнения на развитие гибкости спины	Упражнения на развитие мышечно-связочного аппарата	Общие кол-во баллов

Итоговая диагностика

Элементы классического танца:

Упражнения выполняются у станка.

1. DEMI-PLIE по 1, 2, 5 позициям.
2. BATTEMENT TENDU SIMPLE из 1 позиции ног вперед, в сторону и назад.
3. BATTEMENT TENDU JETE из 1 позиции ног вперед, в сторону, назад.
4. ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans).
5. BATTEMENT RELEVE LENT на 45 градусов вперед, в сторону и назад.
6. GRAND DATMENT.

Упражнение выполняется на середине зала.

1. PORT DE BRAS I, II.

Таблица 4. «Элементы классического танца»

Фамилия и имя ребенка	Demi plie	Battment tandu	Battment tandu jete	Rond de jamb par terre	Battment releve lent	Grand battment	Port de bras I, II	Общие кол-во баллов

3-й - 6-й модули:

Критерии оценок входной, промежуточной и итоговой аттестации:

1 - 4 балла – низкий показатель (неверно выполнение движений);

5 - 8 баллов – средний показатель (выполнение движений с ошибками);

9 - 10 баллов – высокий показатель (четкое выполнение движений).

Входная диагностика

1. Элементы классического экзерсиса:

Упражнения выполняются у станка.

- DEMI-PLIE по 1, 2, 5 позициям.
- BATTEMENT TENDU SIMPLE из 1 позиции ног вперед, в сторону и назад.
- BATTEMENT TENDU JETE из 1 позиции ног вперед, в сторону, назад.
- ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans).
- BATTEMENT RELEVE LENT на 45 градусов вперед, в сторону и назад.
- GRAND BATTMENT из 1 позиции ног в сторону.

Упражнение выполняется на середине зала.

- PORT DE BRAS I, II;
- TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2 позиции.

2. Практикум по теме «Элементы танца «Полька»:

Комплекс:

- Подскоки на месте.
- Подскоки с продвижением.
- Подскоки с хлопками.
- Шаг польки.
- Боковой галоп.
- Подскоки в повороте.
- Галоп в повороте.
- Элементы польки в различных перестроениях.

1. Элементы партнерной гимнастики:

- упражнение «Маленькая и большая птичка»;
- упражнение «Корзиночка»;
- мост из положения лежа;

Упражнения на развитие мышечно-связочного аппарата:

- упражнение «Бабочка»;
- упражнение «Складка»;
- поперечный шпагат.

Промежуточная диагностика

1. Основы эстрадного танца:

- Шаги с высоко поднятыми коленями.
- Приставные шаги в сторону, двойной приставной шаг в сторону (с хлопком руками).
- «Развернутый треугольник».
- Шаг в сторону и точка (тэп) - удар носком об пол.
- Шаг в сторону и кик - выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой.
- «Пружинка» с шагом.

2. Элементы партнерной гимнастики:

- «Мостик»;
- «Мостик в положении стоя на локтях»;
- «Поперечный и продольный шпагат»;

- «Колесо»;
- «Кувырок назад».

Итоговая диагностика

1. Элементы классического экзерсиса: (педагогом оценивается чистота и техничность исполнения, знание терминологии курса).

- DEMI-PLIE по 1, 2, 5 позициям.
- BATTEMENT TENDU SIMPLE из 1, 5 позициям ног вперед, в сторону и назад.
- BATTEMENT TENDU с DEMI-PLIE из 1, 5 позициям вперед, в сторону и назад.
- BATTEMENT TENDU JETE из 1, 5 позициям ног вперед, в сторону, назад.
- ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans).
- BATTEMENT RELEVE LENT на 45 градусов вперед, в сторону и назад.
- Положение ноги SUR LE COUS DE PIED спереди и сзади.
- GRANDS BATTEMENTS JETE из 1 позиции в сторону.
- PORT DE BRAS 1, 2, 3.
- ARABESQUE 1, 2.
- туры chaînes по диагонали.

2. Основы эстрадного танца:

- Повороты, наклоны и круговые движения головой.
- Поднимание и опускание плеч; круговые движения плечами вперед и назад. Круговые движения кистями рук, от локтя (к себе, от себя), «мельница», сгибание и разгибание рук из положения «руки в стороны».
- Движение рук «волна», «змейка».
- Движения корпусом (работа диафрагмой из стороны в сторону, вперед, назад).
- Упражнение «Дерево и паучки».
- Наклоны в диагональ - «Буратино».
- Наклоны в стороны - «Обезьянка» (руки в «замке» за головой).

3. Концертная деятельность:

«Отчетный концерт» проводится для родителей с целью показа достижений за учебный год (совместно с другими возрастными группами).

7-й - 10-й модули:

Критерии оценок входной, промежуточной и итоговой аттестации:

- 1 - 4 балла** – низкий показатель (неверно выполнение движений);
5 - 8 баллов – средний показатель (выполнение движений с ошибками);
9 - 10 баллов – высокий показатель (четкое выполнение движений).

Входная диагностика

1. Развитие эмоциональной выразительности:

- Пластический этюд «Кошка».
- Пластический этюд «Нарцисс и озеро».
- игра на эмоциональное раскрепощение «Зеркало».

2. Элементы партнерной гимнастики:

- «Домик»;
- «Горка»,
- «Березка» (двумя ногами, с разножкой);
- «Планка»;
- «Перекат»;
- «Мостик»;
- «Джазовая растяжка».

3. Элементы классического экзерсиса:

Экзерсис на середине зала.

- Большие и маленькие позы CROISEE.
- PORT DE BRAS 1, 2, 3.
- ARABESGUE 1, 2.
- TEMPS LIE PAR TERRE.
- RELEVÉ на п/п по 1, 2, 5 позициям.
- PAS DE BOURRE с переменной ног.
- TEMPS LEVE SAUTE по 1, 2, 5 позиция.
- туры chaines.

4. Элементы эстрадного танца:

- «Пружинка» с шагом;
- тройной шаг с высоко поднятыми ногами;
- SAUTE по 1-ой параллельной позиции;
- тройной шаг из стороны в сторону с положение sur le cou-de-pied;
- шаги в повороте на 360 градусов из стороны в сторону;
- выпад в сторону по 2-ой параллельной позиции,

5. Концертная деятельность: участие коллектива в концертных выступлениях.

Промежуточная диагностика

1. **Танцевальные комбинации различного характера:** эстрадный, детский сюжетный, педагогом оценивается знание репертуара, техника и исполнительское мастерство, выразительность и эмоциональность каждого ребенка.

2. Элементы партерной гимнастики:

- «Мостик» из положения стоя;
- Переворот назад из положения «Мостик в положении стоя на локтях»;
- «Мостик» на одной ноге, вторая вытянута вертикально вверх;
- «Поперечный и продольный шпагат»;
- «Колесо»;
- «Кувырок назад» с приходом в поперечный шпагат.

3. **Концертная деятельность:** участие коллектива в концертных выступлениях.

Итоговая диагностика

1. Элементы классического экзерсиса (открытое УЗ):

Экзерсис у станка:

- DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 5 позициям).
- RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 5 позициям).
- BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад).
- BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног).
- BATTEMENT TENDU JETE (из 5-ой позициям ног вперед, в сторону и назад).
- BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног).
- BATTEMENT TENDU JETE PIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад).
- ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans).
- BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов).
- BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов).
- ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans).
- BATEMENT RELEVÉ LENT (на 90 градусов вперед, в сторону и назад).
- BATTEMENT DEVELOPPE.
- GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад).

2. Концертная деятельность:

- «Отчетный концерт» (совместно с другими возрастными группами).
- участие коллектива в конкурсах и фестивалях различного уровня.

11-й - 14-й модули:

Критерии оценок входной, промежуточной и итоговой аттестации:

1 - 4 балла – низкий показатель (неверно выполнение движений);

5 - 8 баллов – средний показатель (выполнение движений с ошибками);

9 - 10 баллов – высокий показатель (четкое выполнение движений).

Входная диагностика

1. Элементы классического экзерсиса:

Экзерсис на середине зала.

- Большие и маленькие позы CROISEE, EFFACEE.
- PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4.
- ARABESGUE 1, 2, 3.
- TEMPS LIE PAR TERRE.
- RELEVÉ на п/п по 1, 2, 4, 5 позициям.
- PAS DE BOURRE с переменной ног.
- туры SUR LE COU- DE-PIED (из 5-ой позиции).
- туры chaines.
- SOUTENU поворот.

2. Элементы современного танца:

Кросс.

- шоссе,
- па-де-ша,
- шаг Flat step в чистом виде,
- Flat step в plie,
- Temps sauté,
- Temps sauté по точкам,
- Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.

3. **Концертная деятельность:** участие коллектива в концертных выступлениях.

Промежуточная диагностика

1. Развитие эмоциональной выразительности:

Пластические этюды:

- «Водоросли»;
- «Нарцисс и озеро»;

Тренинги и игры на эмоциональное раскрепощение:

- «Зеркало»;

- «Скульптор и глина»;
- «Тень».

2. Элементы партерной гимнастики

- упражнение «планка» - удерживать положение 1 минуту;
- 3 вида упражнения «мостик»;
- упражнение «перекат»;
- 3 вида упражнения «кувырок»;
- упражнение «шпагат».

3. Концертная деятельность:

- участие коллектива в концертных выступлениях;
- участие в конкурсах и фестивалях различного уровня.

Итоговая диагностика

1. Классический экзерсис (контрольное УЗ):

Экзерсис у станка:

- DEMI-PLIE и GRAND PLIE (по 1, 2, 5 позициям).
- RELEVÉ на п/п (по 1, 2, 5 позициям).
- BATTEMENT TENDU SIMPLE (из 5 позиции ног вперед, в сторону и назад).
- BATTEMENT TENDU с pour le pied (из 5-ой позиции ног).
- BATTEMENT TENDU JETE с pour le pied (из 5-ой позиции ног).
- BATTEMENT TENDU JETE FIGUER (из 1-ой, 5-ой позиции ног вперед, в сторону, назад).
- ROND DE JAMBE PAR TERRE (en dehors, en dedans).
- BATTEMENT FONDU вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов).
- BATTEMENT FRAPPE вперед, в сторону, назад (носком в пол, на 45 градусов).
- ROND DE JAMBE EN L`AIR (en dehors, en dedans).
- BATTEMENT DEVELOPPE.
- GRANDS BATTEMENTS JETE (из 5-ой позиции вперед, в сторону, назад).

Экзерсис на середине зала:

- PORT DE BRAS 1, 2, 3, 4.
- TEMPS LIE PAR TERRE.
- туры SUR LE COU- DE-PIED (из 5-ой позиции).
- туры chaines.
- SOUTENU поворот.

2. Концертная деятельность:

- «Отчетный концерт» (совместно с другими возрастными группами).

– участие коллектива в конкурсах и фестивалях различного уровня.

Таблица учета достижений учащихся

Коллектив, объединение _____

Педагог _____

Год	Название мероприятия	Кто проводил	Количество обучающихся, принявших участие	Результат участия

2.5 Методические материалы:

Особенность организации образовательного процесса – очное обучение. Для достижения поставленной цели и реализации задач программы используются следующие методы обучения:

- Наблюдение (помогает получить на занятиях конкретный фактический материал по предмету или объекту наблюдения, выявить пассивных и активных детей, а также успешность усвоения новых знаний).
- Беседа (применяется при индивидуальной, групповой работе и работе с родителями как консультирование).
- Рассказ (используется при сообщении общих и новых знаний по хореографии).
- Объяснение (применяется на каждом занятии, особенно при знакомстве с новыми движениями).
- Эмоциональный (подбор ассоциаций, образов);
- Наглядное демонстрирование (непосредственный показ педагогом новых элементов и движений для дальнейшего изучения с детьми).
- Видео метод (просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала классической и современной хореографии).

Предложенные методы работы в рамках данной программы являются наиболее продуктивными и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях хореографического творчества.

Формы организации образовательного процесса.

В рамках данной программы предусматривается проведение следующих видов занятий: групповая, индивидуально-групповая.

Форма организации учебного занятия.

- учебное занятие;
- занятие-игра;
- демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом;
- открытое занятие;
- репетиция;
- концерт.

Педагогические технологии:

- технология группового обучения;
- технология игровой деятельности;
- технология коллективного взаимообучения;
- технология проблемного обучения;
- технология дифференцированного обучения,
- технология разноуровневого обучения
- технология коллективной творческой деятельности;
- технология образа и мысли;
- здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия.

Структура занятия:

I. Вводная часть:

- поклон;
- разминка (шаги, ходы) в различных рисунках.

II. Основная часть.

- элементы классического танца у станка;
- разучивание комбинаций танца.

IV. Заключительная часть:

- упражнение stretch-характера с использованием дыхания;
- поклон.

Методические разработки к программе:

1. «Развитие хореографических данных детей: развитие гибкости мышц

спины».

2. «Развитие мышц и связок стопы, подколенных мышц».
3. «Развитие мышц лица».
4. «Упражнения на эмоциональную выразительность».
5. «Постановочная работа».

Методическое пособие к программе:

1. «Особенности учебно-воспитательной работы в хореографическом коллективе».
2. «Методика работы с детьми младшего, среднего и старшего школьного возраста».
3. «Техника безопасности на уроках хореографии».

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическая разработка
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Развитие хореографических данных детей:
развитие гибкости мышц спины»

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

Ульяновск
2018г

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическая разработка занятия
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Развитие мышц и связок стопы,
подколенных мышц»

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

Ульяновск
2016г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическая разработка занятия
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Развитие мышц лица»

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическая разработка занятия
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Упражнения на эмоциональную выразительность»

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

Ульяновск
2016г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическая разработка
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Постановочная работа»

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

Ульяновск
2019г

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическое пособие
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Особенности учебно-воспитательной работы
в хореографическом коллективе»
(выступление на методическом совете 13.12.2017 г.)

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

Ульяновск
2017 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическое пособие
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Методика работы с детьми младшего, среднего и старшего
школьного возраста»

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

Ульяновск
2018г
105

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическое пособие
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Техника безопасности на уроках хореографии»

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

Ульяновск
2019г

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
Г.УЛЬЯНОВСКА

Методическое пособие
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Студия Флэш»
«Роль педагога в организации учебно-воспитательного
процесса в хореографическом коллективе»

Подготовила
Матвеева М.В.,
педагог дополнительного образования

Ульяновск
2018г

107

2.6 Список литературы

Основная:

1. Базарова Н. П., Мей В.П. «Азбука классического танца. Первые три года обучения»: учебное пособие, 3-е изд., исп. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2006 г.
2. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. - М., 1986.
3. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету», Москва. «Гитис» 1994г.
4. Гиппиус С.В. «Актерский тренинг. Гимнастика чувств» - СПб.: Прайм-Еврознак, 2007 г.
5. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца», М. «Владос» 2005г.
6. Давыдов В. Проблемы развивающего обучения. - М., 2004 г.
7. Кленова Н.В., Буйлова Л.Н. Методика определения результатов образовательной деятельности детей. - М.: Дополнительное образование, 2004.
8. Конен В. Рождение джаза. - М., 1984 г.
9. Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца», Ленинград. «Искусство» 1976 г.
10. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце. Учебное пособие. М.: ГИТИС, 2011.
11. Прокофьев А.Н. «Уроки классического танца», Ульяновск, Училище культуры» 2003 г.
12. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать», М. «Владос» 2003 г.
13. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» - М.: Просвещение, 1989г.
14. Смит Л. «Танцы. Начальный курс», М. «Астрель», 2001 г.
15. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». - М., 2008 г.

Для обучающихся:

1. Пасютинская В. Волшебный мир танца. - М.: Просвещение, 1985 г.
2. Рыбчинчинский А. А. Учимся танцевать. – М., ООО «Попурри», 2002 г.

2.7 Соответствие программы нормативным документам

Программа «Студия Флэш» разработана в соответствии со следующими общими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Устав образовательного учреждения.
- Приказы директора.
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных программ МБУ ДО ЦДТ.
- Лицензии образовательной организации на образовательную деятельность.