

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «АЛЫЕ ПАРУСА»  
(МАУ ДО «ДЮЦ «Алые паруса»)**

Принята на заседании  
педагогического совета  
МАУ ДО «ДЮЦ «Алые паруса»  
протокол № 5 от 31.05.2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МАУ ДО «ДЮЦ «Алые  
паруса»

Г.А. Мосиенко  
приказ № 31 от 31.05.2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Хореография»**

для детей 13 – 18 лет  
срок реализации программы 3 года

Автор-составитель:  
Наумова Светлана Ивановна,  
педагог дополнительного  
образования

г. Верхняя Пышма, 2024

## 1. Комплекс основных характеристик

### 1.1 Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с:

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

Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

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

Устав МАУ ДО «ДЮЦ «Алые паруса», утвержден постановлением администрации городского округа Верхняя Пышма от 14.12.2020 № 1032;

Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Алые паруса», утверждено приказом директора от 30.08.2019 № 43;

Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Алые паруса», утверждено приказом директора от 16.12.2019 № 71.

Программа относится к **художественной направленности**.

Современное общество выставляет заказ на творчески активную личность, способную проявить себя в нестандартных условиях, гибко и самостоятельно использовать приобретенные знания в разнообразных жизненных ситуациях. Это находит свое отражение в образовательных программах и поиске оптимальных путей духовного, интеллектуального и физического развития детей.

Нацеленность современного образования на духовное обновление общества вызывает потребность к расширению художественно-эстетическому воспитанию подрастающего поколения. Расширяется влияние различных видов искусств на процесс образования. Особый интерес проявляется к занятиям танцевальным искусством.

**Актуальность** программы «Хореография» заключается в ее содержательной активности, гибкости использования и разноуровневости. В ней сочетаются традиционные методы обучения с инновациями. В народный танец с его канонами и многовековыми традициями включены элементы современной хореографии, что дает возможность ставить стилизованные номера, интересные исполнителям и зрителю.

Приобретение знаний в области хореографии и музыки, совершенствование детей физически и духовно свидетельствует о **преимственности и согласованности** программы с программой общеобразовательной школы (музыка, физкультура, культурология).

#### **Отличительные особенности общеразвивающей программы:**

Сохранение и связь традиций народного танцевального искусства с новейшими разработками современных направлений, их синтезе и трансформации. Особенностью данной программы является её комплексность по причине изучения различных стилей и направлений танцевального искусства: классический танец, народный танец, современные танцевальные направления (модерн, джаз, фанк, хип-хоп).

Особенность заключается в комплексном использовании трех методов: метода музыкального движения, метода хореокоррекции и методики партерного экзерсиса. Сочетание современных танцевальных направлений и народного танца, прививает любовь, к народному танцу прослеживая тем самым непрерывное развитие танцевального искусства и последовательный переход к новым танцевальным направлениям.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию хореографического искусства – в этом и заключается **педагогическая целесообразность** разработанной образовательной программы.

**Адресат программы:** возраст детей участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы 13 - 18 лет.

Число детей, находящихся в одной группе от 12 до 20 человек.

Обучение проводится в групповой форме, состав группы постоянный.

#### **Режим занятий:**

- 1 год обучения – 3 раза в неделю по 2 академических часа;
- 2 год обучения – 3 раза в неделю по 2 академических часа;
- 3 год обучения – 3 раза в неделю по 2 академических часа;
- перерыв между занятиями не менее 10 минут.

#### **Объем общеразвивающей программы:**

- 1 год обучения – 216 часов в год;
- 2 год обучения – 216 часов в год;
- 3 год обучения – 216 часов в год.

Общее количество часов по программе – 648 часов.

#### **Срок освоения:**

Программа составлена на три года обучения, для детей и подростков

13 – 18 лет.

**Уровневость** общеразвивающей программы:

«Базовый уровень» - 1 год обучения. Обучающиеся приобретают, закрепляют и совершенствуют приобретенные умения и навыки, как в сольном, так и в коллективном исполнении.

«Продвинутый уровень» - 2 и 3 года обучения. В рамках учебного тематического плана обучающиеся получают материал к сложным и специфическим знаниям и навыкам в данном виде деятельности.

Итоги и результаты учебного года подводятся на контрольных открытых уроках, которые проходят в конце года.

**Форма обучения очная:**

- индивидуальная;
- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамбль.

**Виды занятий:**

- традиционное занятие;
- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- праздник, конкурс, фестиваль;
- репетиция;
- концерт, открытый урок.

**Формы подведения результатов:**

- технический зачет;
- отчетный концерт;
- участие в конкурсах, праздниках и фестивалях;
- открытые занятия (2 раза в год).

## **1.2 Цель и задачи общеразвивающей программы**

**Цель программы:**

всестороннее и гармоничное развитие и творческая самореализация детей и подростков через занятия хореографией.

**Задачи программы:**

**обучающие:** сформировать специальные знания и умения по данному курсу программы «Хореография»:

- научить детей музыкально и грамотно исполнять движения, работать в паре и ансамблем, соблюдая рисунки танца;

- развить физические качества ребенка, совершенствовать их средствами танца в гармонии с общим развитием;
- раскрыть в учащих творческие способности, развивая эмоциональные сферы, т.е. самовыражение в танце, артистические способности, умение передать зрителю настроение хореографического номера.

**развивающие:**

- расширить объем историко-культурных и эстетических знаний в области хореографического искусства;
- создать комфортную обстановку и ситуацию успеха для каждого ребенка, повысить его самооценку через участие в творческой жизни класса, школы, клуба, города, где каждый может проявить себя, реализовать свои способности.

**воспитательные:**

- воспитать качества личности, востребованной в современном обществе: трудолюбие, коммуникабельность, уважение к себе и окружающим людям;
- привить устойчивый интерес к национальной культуре и искусству.

### 1.3. Содержание общеразвивающей программы

**Учебный план  
1 год обучения  
Базовый уровень**

№ п/п	Название раздела. Темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
<b>2.</b>	<b>Разминка</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>Техн.зачет</b>
2.1	Упражнения для мышц тела	6	1	5	
2.2	Растяжки у станка и на середине	6	1	5	
2.3	Танцевальные шаги, прыжки	4		4	
2.4	Проведение разминки	4	2	2	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>48</b>	<b>8</b>	<b>40</b>	<b>Техн.зачет</b>
3.1	Повторение пройденного материала	8		8	
3.2	Движения у станка	16	4	12	
3.3	Движения на середине	10	2	8	
3.4	Вращения, туры	2	1	1	
3.5	Adagio	2		2	
3.6	Allegro	2		2	
3.7	Постановка этюдов	8	1	7	
<b>4</b>	<b>Народный танец</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>64</b>	<b>Техн.зачет</b>
4.1	Вводное занятие	2	2		
4.2	Разминка	20	4	16	<b>Техн.зачет</b>
4.3	Движения для корпуса и рук	15	4	11	

4.4	Танцевальные шаги, прыжки	20	2	18	
4.5	Постановка номеров	15	2	13	<b>Концерт</b>
<b>5</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>64</b>	<b>Техн.зачет</b>
5.1	Вводное занятие	2	2		
5.2	Разминка	20	4	16	<b>Техн.зачет</b>
5.3	Движения для корпуса и рук	15	4	11	
5.4	Танцевальные шаги, прыжки	20	2	18	
5.5	Постановка номеров	15	2	13	<b>Концерт</b>
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>Итоговый зачет</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>216</b>	<b>38</b>	<b>178</b>	

### Содержание учебного плана

*1 год обучения*

#### **1. Вводное занятие.**

*Теория:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, иллюстрации, инструкции по ТБ.

#### **2. Разминка.**

*Теория:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Правила исполнения движений ансамблем, рисунки в танцевальных композициях.

*Практика:*

1. Усложняются упражнения для головы, рук, корпуса:
  - комбинированные упражнения, движения с разным ритмическим рисунком;
  - смещения корпуса в стороны, вперед, назад;
  - «волны» (корпус, руки, голова);
  - «контракция» (корпус).
2. Упражнения для ног (увеличивается объем маховых движений).
3. Упражнения на мышцы спины, живота, силовые движения (для мальчиков) усложняются качественно и количественно.
4. Растяжка у станка в сторону, вперед, назад.
5. Растяжка на середине (прямой и поперечный шпагаты, подготовка к исполнению шпагата).
6. Танцевальные шаги (шаг польки, вальса, вальсовый шаг с поворотом), беговые движения (исполняются в различных темпах, комбинируются).
7. Прыжки: увеличивается темп и объем движений, исполняются с поворотом на 90°, 180°, 360°, увеличивается амплитуда прыжков.
8. Самостоятельно проводим разминочный комплекс (каждый учащийся проводит разминку на 10 минут для всего класса).

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки.

### **3. Классический танец.**

*Теория:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.
3. Большие прыжки, правила исполнения.

*Практика:*

1. Движения у станка:
  - demi и grand plies (по I, II, III, IV, V позициям);
  - battement tendu в сторону, вперед, назад (по V позиции); с plie releve, с опусканием пятки во II позицию;
  - bt tendus jetes в сторону, вперед, назад (по V позиции) с plie releve, piques в сторону;
  - rond de jambe par terre (en dehors, en dedans); «обводка», комбинируется с растяжкой;
  - battement tendu frappe в сторону, вперед, назад.
  - relevent и developpe вперед, в сторону, назад (по V позиции);
  - grand battement с demi plies, сквозной;

Комбинации усложняются: состояются из 2 и более движений, сочетаются движения рук и ног, используется положение epalment, увеличивается темп.

2. Движения на середине:

- demi plies (по I, II, V позициям), grand plies (по I, II позициям);
- battement tendu, bt tendu jete в сторону, вперед, назад (V позиции);
- rond de jambe par terre (en dehors, en dedans).
- relevent вперед, в сторону, назад;
- grand battement вперед, в сторону, назад;
- releve, plie releve (по I, II, III, V позициям);
- pas de bourge (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
- pas balance (в сторону); положение epalmant;

3. Вращения, туры:

- Подготовительные упражнения к вращениям у станка и на середине;
- Подготовительные упражнения к турам;
- Chaines на середине.

4. Adagio

- arabesque: I, II, III;
  - port de bras: подготовительное, I, II, III.
1. Allegro: sote (по I, II, III, V позициям), changement de pieds, pas eshappe (по II позиции) с разворотом на 90°, 180°, pas assembly (в сторону, вперед) pas de basgue вперед.
  2. Постановка этюдов. Танцевальные комбинации состояются с использованием нескольких движений.

Закрепляется азбука классического танца. Вырабатываются навыки правильности и чистоты исполнения, закрепляется устойчивость, продолжается развитие координации, силы и выносливости.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, зеркала, станки.

### **4. Народный танец.**

Русский народный танец.

Русское народное творчество отражает многовековую историю народа. Героизм в борьбе за независимость, любовь к своей Родине, радость труда, юмор – все это находит отражение в украинских народных танцах. Исполнение женских и мужских танцев ярко отличаются друг от друга. Женские - лиричны, наполнены поэзией, мужские отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

Боковые перескоки с ударом каблук впереди стоящей ноги.

«Ключ» с двойной дробью.

Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.

Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.

Дробь в «три ножки».

Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.

Основной русский ход (академический).

«Моталочка»:

с задеванием пола каблук,

с акцентом на всю стопу.

Подбивка «Голубец»:

на месте.

Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.

Вращения:

С «молоточками».

С «молоточками» и «моталочками».

## **5. Эстрадный танец.**

По окончании 2 года учащийся должен знать:

- различные направления эстрадной хореографии;
- правила координации движений;
- правила исполнения танцевальных связок.

Должен уметь:

- хорошо двигаться под современную музыку;
- выразительно исполнять движения;
- технически грамотно исполнять отдельные движения, танцевальные связки.

Тренаж проводится по такому же принципу, но движения составляются в комбинации.

Голова. Виды комбинаций:

- крест;
- квадрат;
- круг;
- фиксированный полукруг;
- свинговый полукруг.

Плечи. Виды комбинаций:

- крест;
- полукруг;
- круг; - «восьмерка».

Грудная клетка:

- крест;

- квадрат;
  - полукруг
  - круг.
- Руки. Различные комбинации.  
Ноги. Различные комбинации.

## 6. Постановочная работа

*Теория:*

-Знание наиболее популярных русских народных танцев и танцев народов мира и технику их исполнения.

*Практика:*

-Разучивание танцевальных постановок. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

## 7. Итоговое занятие.

*Теория:*

-Подведение итогов в форме ответа на заданный педагогом вопрос.

*Практика:*

-Сдача практических упражнений в форме контрольного урока.

### Учебный план 2 год обучения Продвинутый уровень

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
<b>2.</b>	<b>Разминка</b>	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>	<b>Тех.зачет</b>
2.1	Движения для разогрева мышц тела	6	1	5	
2.2	Растяжки у станка и на середине	8	1	7	
2.3	Прыжки	2		2	
2.4	Работа ансамблем	2		2	
2.5	Проведение разминки	8	2	6	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>78</b>	<b>8</b>	<b>70</b>	<b>Тех.зачет</b>
3.1	Повторение пройденного материала	10	1	9	
3.2	Движения у станка	24	2	22	
3.3	Движения на середине	20	2	18	
3.4	Вращения, туры	4	1	3	
3.5	Adagio	4		4	
3.6	Allegro	6	1	5	
3.7	Постановка танцевальных композиций	10	1	9	<b>Концерт</b>
<b>4.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>54</b>	<b>4</b>	<b>50</b>	<b>Тех.зачет</b>
4.1	Вводное занятие	2	2		
4.2	Разминка	20	2	18	
4.3	Движения для корпуса и рук	10	1	9	

4.4	Танцевальные шаги, прыжки	10	2	8	
4.5	Постановка номеров	12	2	10	
<b>5.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>54</b>	<b>4</b>	<b>50</b>	<b>Тех.зачет</b>
5.1	Вводное занятие	2	2		
5.2	Разминка	20	2	18	<b>Тех.зачет</b>
5.3	Движения для корпуса и рук	10	1	9	
5.4	Танцевальные шаги, прыжки	10	2	8	
5.5	Постановка номеров	12	2	10	<b>Концерт</b>
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>Итог. зачет</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>216</b>	<b>22</b>	<b>194</b>	

**Содержание учебного плана**  
*2 год обучения*

**1. Вводное занятие.**

*Теория:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, специализированная литература, иллюстрации, инструкции по ТБ.

**2. Разминка.**

*Теория:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Техника исполнения новых движений.

*Практика:*

1. Движения для разогрева: увеличивается нагрузка, сложность движений, темп исполнения повышается.
2. Растяжка у станка: добавляются растяжки повышенной сложности.
3. Растяжка на середине: прямой и поперечный шпагаты, растяжка на шпагат с лавочек.
4. Прыжки: увеличивается темп и объем движений, исполняются с поворотом на 90°, 180°, 360°, увеличивается амплитуда прыжков.
5. Колонетика: продолжаем развивать эластичность мышц.
6. Упражнения на работу ансамблем.
7. Каждый учащийся составляет разминочный комплекс на 10-15 минут и проводит в классе.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки.

**3. Классический танец.**

*Теория:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.
3. Большие прыжки, правила исполнения.
4. Танцевальные этюды: пластика движения и характер исполнения.

*Практика:*

#### 1. Движения у станка:

- demi и grand plies комбинируется с port de bras;
- battement tandu, bt tandu jete, с plie releve, с разворотом на 45°;
- rond de jambe par terre (en dehors, en dedans); rond de jamb на 45°;
- battement tandu frappe, petit battement;
- battement fondu в сторону, вперед, назад;
- relevent и developpe, с demi plies;
- grand battement, с подъемом на полупальцы;

Комбинации составляются из 2 и более движений, сочетаются движения рук и ног, используется положение epalment, увеличивается темп.

#### 2. Движения на середине:

- demi и grand plies (по I, II, V позициям);
- battement tandu, bt tandu jete (по V позиции);
- rond de jambe par terre (en dehors, en dedans);
- relevent и developpe вперед, в сторону, назад;
- grand battement вперед, в сторону, назад;
- releve, plies releve (по I, II, III, IV позициям);
- pas de bourge (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
- pas balance (в сторону); положение epalmant;

Вращения, туры:

- Подготовительные упражнения к вращениям у станка и на середине;
- Подготовительные упражнения к турам;
- Chaines на середине.
- Туры у станка.

#### 4. Adagio

- arabesque: I, II, III, IV;
- port de bras: подготовительное, I, II, III, IV.

#### 5. Allegro:

- sote (по I, II, III, IV, V позициям);
- changement de pieds;
- pas eshappe по II, IV позициям, с разворотом на 90°, 180°;
- pas assembly в сторону, вперед;
- pas de basgue вперед;
- glissade в сторону;
- sissonne fermee в сторону, вперед.

#### 6. Танцевальные этюды: сольные и парные.

Повторяется и закрепляется материал предыдущего года обучения, добиваемся точности и чистоты исполнения пройденных движений, вырабатываем устойчивость на полупальцах. Продолжается работа над техникой исполнения туров и вращений. Проучиваются небольшие этюды развитие пластики и танцевальности.

#### 4. Народный танец.

*Теория:*

Русский народный танец и его неповторимый колорит.

Русское народное творчество отражает многовековую историю народа. Героизм в борьбе за независимость, любовь к своей Родине, радость труда, юмор – все это находит отражение в украинских народных танцах. Исполнение женских и мужских танцев ярко отличаются друг от друга. Женские - лиричны, наполнены поэзией, мужские отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

*Практика:*

Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.

«Ключ» с двойной дробью.

Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.

Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.

Дробь в «три ножки».

Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.

Основной русский ход (академический).

«Моталочка»:

с задеванием пола каблуком,

с акцентом на всю стопу.

Подбивка «Голубец»:

на месте.

Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.

Вращения:

С «молоточками».

С «молоточками» и «моталочками».

## **5. Эстрадный танец.**

*Теория:*

По окончании 2 года учащийся должен знать:

- различные направления эстрадной хореографии;
- правила координации движений;
- правила исполнения танцевальных связок.

*Практика:*

Должен уметь:

- хорошо двигаться под современную музыку;
- выразительно исполнять движения;
- технически грамотно исполнять отдельные движения, танцевальные связки.

Тренаж проводится по такому же принципу, но движения составляются в комбинации.

Голова. Виды комбинаций:

- крест;
- квадрат;
- круг;
- фиксированный полукруг;
- свинговый полукруг.

Плечи. Виды комбинаций:

- крест;
- полукруг;
- круг; - «восьмерка».

Грудная клетка:

- крест;
- квадрат;
- полукруг
- круг.

Руки. Различные комбинации.

Ноги. Различные комбинации.

## 6. Постановочная работа

*Теория:*

-Знание наиболее популярных русских народных танцев и танцев народов мира и технику их исполнения.

*Практика:*

-Разучивание танцевальных постановок. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

## 7. Итоговое занятие.

*Теория:*

Сдача теоретического материала в форме устного экзамена.

*Практика:*

Сдача практических упражнений в форме контрольного урока.

### Учебный план 3год обучения Продвинутый уровень

№ п/п	Название раздела. Темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
<b>2.</b>	<b>Разминка</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	<b>Тех.зачет</b>
2.1	Движения для разогрева мышц тела	6	1	5	
2.2	Растяжки у станка и на середине	6		6	
2.3	Прыжки	2		2	
2.4	Работа ансамблем	4		4	
2.5	Проведение разминки	8	1	7	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>78</b>	<b>10</b>	<b>68</b>	<b>Тех.зачет</b>
3.1	Повторение пройденного материала	10	1	9	
3.2	Движения у станка	24	2	22	
3.3	Движения на середине	20	2	18	
3.4	Вращения, туры	4	1	3	
3.5	Adagio	4	1	3	
3.6	Allegro	6	1	5	
3.7	Танцевальные этюды	10	2	8	
<b>4.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>54</b>	<b>4</b>	<b>50</b>	<b>Тех.зачет</b>

4.1	<b>Вводное занятие</b>	2	2		
4.2	<b>Разминка</b>	20	2	18	<b>Тех.зачет</b>
4.3	Движения для корпуса и рук	10	1	9	
4.4	Танцевальные шаги, прыжки	10	2	8	
4.5	Постановка номеров	12	2	10	<b>Концерты</b>
<b>5.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>54</b>	<b>4</b>	<b>50</b>	<b>Тех.зачет</b>
5.1	<b>Вводное занятие</b>	2	2		
5.2	<b>Разминка</b>	20	2	18	
5.3	Движения для корпуса и рук	10	1	9	
5.4	Танцевальные шаги, прыжки	10	2	8	
5.5	Постановка номеров	12	2	10	<b>Концерты</b>
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>Итог.зачет</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>216</b>	<b>22</b>	<b>194</b>	

## Содержание учебного плана

*3 год обучения*

### 1. Вводное занятие.

*Теория:*

1. Знакомство с программой на новый учебный год;
2. Техника безопасности.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Образовательная программа, специализированная литература, иллюстрации, инструкции по ТБ.

### 2. Разминка.

*Теория:*

1. Повторение правил исполнения упражнений разминки.
2. Техника исполнения новых движений.

*Практика:*

3. Движения для разогрева: увеличивается нагрузка, сложность движений, темп исполнения повышается.
4. Растяжка у станка: добавляются растяжки повышенной сложности.
5. Растяжка на середине: прямой и поперечный шпагаты. Растяжка на шпагат с лавочек.
6. Прыжки: увеличивается темп и объем движений, исполняются с поворотом на 90°, 180°, 360°, увеличивается амплитуда прыжков.
7. Колонетика: продолжаем развивать эластичность мышц.
8. Упражнения на работу ансамблем.
9. Каждый учащийся составляет разминочный комплекс на 15 – 20 минут и комбинации классического экзерсиса и проводит в классе.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, коврики, лавочки, станки.

### 3. Классический.

*Теория:*

1. Правила исполнения движений экзерсиса.
2. Техника вращений.

3. Большие прыжки, правила исполнения.

4. Танцевальные этюды: пластика движения и характер исполнения.

*Практика:*

1. Движения у станка:

- demi и grand plies;
- battement tendu, battement tendu jete с подъемом на полупальцы;
- rond de jambe par terre (en dehors, en dedans) с port de bras;
- battement tendu frappe, petit battement, с подъемом на полупальцы;
- battement fondu с rond de jambe par terre на 45°;
- relevent и developpe с подъемом на полупальцы;
- grand battement jete с passe;

2. Движения на середине:

- demi и grand plies с port de bras;
- battement tendu, bt tendu jete с разворотом на 45°;
- rond de jamb parter (an dehor, an dedan);
- relevent, developpe;
- grand battement с разворотом на 45°;
- pas de bourge (с продвижением, с переменной ног, без перемены ног);
- pas balance (в сторону); с разворотом на 45°;

3. Вращения, туры:

- Chaines на середине;
- Туры на середине.

4. Adagio

- arabesque: I, II, III, IV;
- port de bras: I, II, III, IV.

5. Allegro

- sote (по I, II, III, IV, V позициям);
- changement de pieds с разворотом на 45°;
- pas eshappe по II, IV позициям, с разворотом на 90°, 180°;
- pas assembly в сторону, вперед, назад;
- pas de basgue;
- glissade в сторону, вперед;
- sissonne fermee в сторону, вперед, с продвижением.

6. Танцевальные этюды: сольные и парные.

Повторяется и закрепляется материал предыдущего года обучения, добиваемся точности и чистоты исполнения пройденных движений, вырабатываем устойчивость на полупальцах.

Продолжается работа над техникой исполнения туров и вращений. В танцевальных этюдах делается акцент на исполнительское мастерство.

*Методическое и дидактическое обеспечение:*

Специализированная литература, музыкальное обеспечение, иллюстрации, видеоматериал, станки.

#### **4. Народный танец**

*Теория:*

Основы русского народного танца. Наиболее популярные русские народные танцы и танцы народов мира. Их характер и техника исполнения.

*Практика:*

«Ключ» дробный сложный.

«Веребочка»:

простая и двойная с перетопами,

простая и двойная с «ковырялочкой».

Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.

«Моталочка»:

с задеванием пола полупальцами,

с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.

Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.

Положения рук в сольном и массовом танце.

Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).

Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.

Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.

Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.

Ход на одну ногу с прыжком.

Боковой ход с каблука.

## **5. Эстрадный танец**

*Теория:*

Закрепление навыков и знаний по предмету. Совершенствование технических способностей. Выработка пластичности и раскованности. Раскрытие творческого потенциала.

*Практика:*

Тренаж к эстрадному танцу проводится в той же последовательности, но на новом витке сложности. Возможно комбинирование движений разных центров:

- голова

- плечи;

- грудная клетка – рука;

- руки – ноги;

- cftch step - перенос веса тела с одной ноги на другую;

- kick («пинок»);

- lay ont - отклонение торса от работающей ноги;

- demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям, возможно изменение динамики движения, а также сочетание с движением торса (спираль, поклон)

- battment tendu и battment tendu jete по параллельным позициям, с сокращённой стопой и координацией рук.

## **6. Постановочная работа**

*Теория:*

-Знание наиболее популярных русских народных танцев и танцев народов мира и технику их исполнения.

*Практика:*

-Разучивание танцевальных постановок. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

## **7. Итоговое занятие.**

*Теория:*

Подведение итогов.

*Практика:*

Сдача практических упражнений в форме открытого урока.

Концерт. Выпускная работа.

## **1.4. Планируемые результаты.**

### **Метапредметные результаты:**

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, возможности ее решения;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, соотносить свои действия с планируемым результатом, осуществлять контроль своей деятельности, корректировать свои действия в соответствии с ситуацией;
- понимать причины успеха и не успеха, конструктивно действовать в различных ситуациях;
- владение основами самоконтроля и самооценки;
- умение организовать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками и педагогом;
- умение работать индивидуально и в группе;
- умение применять полученные знания в повседневной жизни, умение отстаивать свою творческую позицию, быть мыслящей и активно действующей творческой личностью;
- навыки общения и успешной адаптации;
- получение и начальное профессиональное развитие знаний, умений, навыков по хореографии: владение терминологией основ современного танца;
- представление о танцевальных жанрах и стилях эстрадного, народного и классического танца, об истории и современном состоянии хореографического искусства;
- знание правил гигиены сценического костюма, правил сценического поведения;
- умение гармонично владеть всем телом, анализировать, сравнивать, обобщать увиденные танцевальные произведения;
- владение исполнительским и актерским мастерством;
- выразительное, образное, эмоционально наполненное исполнение танцевальных композиций;
- активное участие в концертных и конкурсных программах.

### **Личностные результаты:**

- устойчивая мотивация к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- стремление к саморазвитию и самосовершенствованию;
- приверженность принципам здорового образа жизни.

### **Предметные результаты:**

- Владение терминологией
- Получение и профессиональное развитие знаний умений и навыков.

### **Планируемые результаты**

#### **Первого года обучения:**

*По окончании данного курса обучающиеся должны знать:*

- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень;

*Обучающиеся должны уметь:*

- исполнять упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, проявляя актерские данные;
- ориентироваться в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполняют грамотно и ровно;
- самостоятельно контролируют свое поведение и свою работу;
- анализировать свои выступления и сверстников.

#### **Второго года обучения**

*По окончании данного курса обучающиеся должны знать:*

- выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой;
- повышают технический уровень;

*Обучающиеся должны уметь:*

- исполнять упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, проявляя актерские данные;
- ориентироваться в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполнять грамотно и ровно;
- самостоятельно контролировать свое поведение и свою работу;
- проводить 10-15 минутную разминку, составляют комбинации классического экзерсиса;
- анализировать свои выступления и сверстников.

#### **Третьего года обучения**

*По окончании данного курса обучающиеся должны знать:*

- как выполняют движения с различной амплитудой (в зависимости от характера и динамических оттенков музыки) и в различных темпах, переходя из одного в другой.

*Обучающиеся должны уметь:*

- повышать технический уровень;
- исполнять упражнения и комбинации музыкально грамотно, выразительно, четко, проявляя актерские данные;
- ориентироваться в пространстве зала, сценической площадки; рисунки танца и переходы исполнять грамотно и ровно;
- самостоятельно контролировать свое поведение и свою работу;

- проводить уроки (разминку, классический танец);
- анализировать свои выступления и сверстников.

### **Виды контроля**

Для полноценной реализации программы используются виды контроля:

- входящий контроль (внешняя диагностика обучающихся, опрос);
- текущий контроль практических навыков осуществляется регулярно на каждом занятии (педагогическое наблюдение за деятельностью обучающихся);
- промежуточный контроль (творческая работа, игровые задания);
- итоговый контроль проводится в конце учебного года, где отслеживаются уровень освоения обучающего курса, динамика освоения практических навыков, техника танцевального исполнения (открытые занятия, концертная деятельность, музыкальные соревнования и танцевальные конкурсы).

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий.**

### **2.1. Условия реализации программы:**

#### **Материально-техническое обеспечение программы:**

- Зал с деревянным половым покрытием, не менее 25 кв.м.;
- Зеркала;
- Хореографический станок.

#### **Приборы и оборудование:**

- CD проигрыватель с USB.

#### **Костюмы:**

- удобная форма для работы на занятиях;
- мягкая обувь;
- сценические костюмы.

#### **Информационное обеспечение:**

- книги и журналы о хореографии;
- видеокассеты, DVD с записью хореографического материала;
- видеозаписи выступлений, концертов;
- интернет источники.

#### **Кадровое обеспечение:**

Руководитель коллектива должен иметь среднее профессиональное или высшее педагогическое образование с уровнем подготовки соответствующем направленности программы, разбираться в сложных явлениях современного искусства, отличать прогрессивные тенденции от ошибочных, вредных. Должен уметь мыслить хореографическими образами, быть мыслителем, психологом и педагогом.

Хореограф должен уметь понимать, чувствовать и воспроизводить всевозможные движения, жесты, позы, присущие людям самых разных характеров и национальностей, как бы эти движения не были сложны. Кроме того, ему необходимо обладать прекрасной

зрительной памятью и острым взором. Нужно накапливать в себе самый разносторонний опыт в познании людей, эпох, культур, держать всё это в памяти. Наличие начального музыкального образования необходимо для хореографа, так как идеал отдельного танцевального номера – это полная органическая взаимосвязь между музыкальным произведением и танцевальным. Знание законов изобразительного искусства для руководителя очень важно, так как неотъемлемой частью его работы является рисунок в танцевальной композиции, подбор красочной гаммы костюмов и декораций.

Руководитель не только хореограф, но и воспитатель. Он должен быть сам воспитанным человеком, обладать выдержкой, уметь ладить с людьми, а также быть в какой-то степени и дипломатом – уметь владеть искусством «стратегии» и «тактики». Ведь большой творческий коллектив – это множество живых людей, с разными характерами, привычками и представлениями о нравах и способах, какими можно скорее и эффективнее достичь успехов в жизни и на сцене.

#### **Методические материалы:**

- иллюстрации;
- стенды;
- сценарные разработки;
- фотографии, видео и аудио материалы к практическим темам.

#### **Методы обучения:**

##### ***Объяснительно-иллюстративный***

Способствует созданию прочной информационной базы для формирования умений и навыков;

##### ***Репродуктивный***

Учащиеся сами воспроизводят известный им по опыту материал. Этот метод позволяет педагогу осуществить контроль за тем, как учащиеся усваивают знания, овладевают умениями и навыками. С помощью разнообразных заданий педагог предлагает воспроизвести разученные ранее танцевальные движения, показать умения и навыки. Этот метод применяется в вариантах: воспроизведение танцевального материала в наглядно-образной форме; в форме устного изложения; в форме исполнения танцевальной композиции целиком или фрагмента;

##### ***Проблемный***

Заключается в том, что педагог выдвигает перед учащимися познавательную проблему, которая решается совместно;

##### ***Частично-поисковый, исследовательский***

Педагог ставит проблемную ситуацию и предлагает решить самостоятельно. Эти методы взаимосвязаны. Они более эффективны и способствуют глубокому усвоению танцевального материала.

#### **Приемы обучения:**

##### ***Показ***

Практика преподавания выделяет три условия танцевального показа:

1. Предварительный показ танцевальной композиции, отдельных ее элементов, упражнений и т.д. На этом уровне задача - предварительное знакомство с учебным

материалом. Чтобы позднее, в ходе обучения, дети могли мысленно соотносить свои действия с ранее увиденным.

2. Показ танцевального материала. Выделение из совокупности многих танцевальных элементов какого-либо определенного элемента и сосредоточение внимания на его восприятии.

3. Анализ и синтез танцевального материала, при котором анализируются отдельные части движения, композиции и потом соединяются.

Особое место занимает художественный анализ музыкально-хореографического произведения, разбор выразительных и образных средств и интерпретаций с оценкой.

### ***Изложение***

Применяются различные формы изложения: информация, рассказ, лекция, беседа и т.д. С помощью этого приема педагог сообщает знания об истории, современном состоянии хореографии, рассказывает об отдельных танцах, лучших парах, ансамблях и т.д. В соответствии с учебными задачами педагог дает описание учебного материала. Изложение ведется в форме характеристики, где определяются особенности музыки, костюма, творчества. В случае необходимости раскрытие внутренних связей и зависимостей дается в форме объяснения.

### ***Комментирование***

Это словесное сопровождение педагогом сведений об особенностях танцевального движения и музыкального произведения.

### ***Инструктирование***

Это словесные рекомендации, которые педагог дает учащемуся, как нужно исполнять элементы или композицию в целом. Может касаться правил поведения при общении в танце.

### ***Корректирование.***

В процессе исполнения танцевальных движений педагог корректирует действия учащихся.

### **Методы воспитания:**

- убеждение
- поощрение
- стимулирование
- мотивация

**Итогом реализации** комплексной программы «Хореография» является овладение обучающимися знаниями, умениями и навыками в области хореографического искусства. Оценка исполнения обучающимися изученных упражнений, движений, комбинаций, танцевальных этюдов проходит в форме контрольных открытых занятий. Творческий потенциал воспитанников реализуется на отчетных концертах, на которые приглашаются родители и педагоги, в городских и областных мероприятиях. Уровень исполнительского мастерства выявляется на конкурсах различного уровня (городского, регионального, областного и т. д.)

### **Хореографическая деятельность включает в себя выполнение следующих заданий:**

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные, народно-тематических

- хороводы;
- построения, перестроения;
- упражнения с предметами: шарами, лентами, цветами, мячами и пр.;
- задания на танцевальное творчество.
- танцы: сюжетные, несюжетные, музыкально-дидактические;

**Структура занятия состоит из трех частей:**

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III - творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

**2.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

Для полноценной реализации программы используются виды контроля:

- входящий контроль (внешняя диагностика обучающихся, опрос);
- текущий контроль практических навыков (педагогическое наблюдение за деятельностью обучающихся, технический зачет);
- промежуточный контроль (творческая работа, импровизационные задания);
- итоговый контроль проводится в конце учебного года, где отслеживаются уровень освоения обучающего курса, динамика освоения практических навыков, техника танцевального исполнения (открытые занятия, технические зачеты, концертная деятельность и танцевальные конкурсы).

**Педагогическая диагностика уровня развития детей**

№	Ф.И.О.	Основные навыки и умения								Уровень развития
		Знание танцевальной терминологии и		Техника исполнения танцевальных элементов		Пластика, чувство ритма		Коммуникабельность работоспособность		
		начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года	

Начало года  
 Высокий.....%  
 Средний.....%  
 Низкий.....%

Начало года  
 Высокий.....%  
 Средний.....%  
 Низкий.....%

## **Содержание технического зачета:**

### ***1 год обучения (базовый уровень):***

#### *1 полугодие*

##### **1.Классический танец**

- а) Позиции ног – I, II, III, IV
- б) Постановка рук

##### **2. Народный танец**

- а) Упражнения у станка.
- б) Упражнения лицом к станку
- в) Упражнения на середине зала

#### *2 полугодие*

##### **1.Эстрадный танец**

- а) Основные понятия: позиции ног
- б) Упражнение на позвоночник (roll down, mil up, table).
- в) Свинговые движение
- г)

### ***2 год обучения (продвинутый уровень):***

#### *1 полугодие*

##### **1.Классический танец**

- а) Постановка корпуса у станка (в выворотной позиции, лицом к станку).
- б) Упражнения на середине зала
- в) Прыжки
- г) Упражнения на координацию и укрепление косых мышц спины по системе стретчинга

##### **2.Народный танец**

- а) Упражнения у станка
- б) Упражнения на середине зала
- в) Изучение элементов ирландского танца
- г) Изучение элементов русского народного танца

#### *2 полугодие*

##### **1.Эстрадный танец**

- а) Основы эстрадного танца
- б) Основы стиля «хип-хоп»
- в) Основы рок-эн-ролла

### ***3 год обучения (продвинутый уровень):***

#### *1 полугодие*

##### **1.Классический танец**

- а) Экзерсис у станка
- б) Экзерсис на середине зала
- в) Упражнения по диагонали
- г) Прыжки

##### **2.Народный танец**

- а) Экзерсис у станка

- б) Экзерсис на середине зала
- в) Упражнения по диагонали
- г) Прыжки и дроби

*2 полугодие*

### **1.Эстрадный танец**

- а) Упражнения для позвоночника
- б) Кросс. Передвижение в пространстве
- в) Основы эстрадного танца

#### **Пластическое движение**

- а) Движения на пластику рук
- б) Движения на пластику корпуса
- в) Движения на пластику ног

## **Оценочные материалы**

### **Контрольно-практическая работа**

#### **1 год обучения (базовый уровень):**

*1 полугодие.*

##### **1.Классический танец**

**Задание:** выполнить под музыку основные движения классического экзерсиса.

*Высокий уровень:* обучающийся правильно под музыку выполняет движения и комбинации, называет все движения, демонстрирует хорошую подготовку мышечного аппарата.

*Обучающийся знает:* правила выполнения движения, постановку рук и ног в классическом танце.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполнять движения под музыку.

*Средний уровень:* обучающийся не всегда правильно выполняет движения под музыку, ошибается в названиях элементов упражнений и комбинаций.

*Обучающийся знает:* частично правильно выполнения движений и элементов классического экзерсиса.

*Обучающийся умеет:* выполнять движения классического экзерсиса, но иногда ошибается в правильности выполнения.

*Уровень ниже среднего:*

*Обучающийся знает:* слабо знает правила выполнения классического экзерсиса, часто путается в названиях элементов.

*Обучающийся умеет:* не всегда правильно и под музыку выполняет упражнения, неправильно работает с мышечным аппаратом, движения выполнены небрежно.

##### **2.Народный танец.**

**Задание:** выполнить под музыкальный основные движения народного экзерсиса.

*Высокий уровень:* обучающийся правильно под музыку выполняет движения и комбинации, называет все движения, демонстрирует хорошую подготовку мышечного аппарата.

*Обучающийся знает:* правила выполнения движения, постановку рук и ног в народном танце.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполнять движения под музыку.

*Средний уровень:* обучающийся не всегда правильно выполняет движения под музыку, ошибается в названиях элементов упражнений и комбинаций.

*Обучающийся знает:* частично правильно выполнения движений и элементов народного экзерсиса.

*Обучающийся умеет:* выполнять движения народного экзерсиса, но иногда ошибается в правильности выполнения.

*Уровень ниже среднего:*

*Обучающийся знает:* слабо знает правила выполнения народного экзерсиса, часто путается в названиях элементов.

*Обучающийся умеет:* не всегда правильно и под музыку выполняет упражнения, неправильно работает с мышечным аппаратом, движения выполнены небрежно.

*2 полугодие*

1. Современный танец

**Задание:** выполнить под музыку основные движения современного экзерсиса.

*Высокий уровень:*

*Обучающийся знает:* называет все движения, знает технику безопасности при выполнении движений.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполняет движения в правильной последовательности. Движения выполнены аккуратно, с фантазией.

*Средний уровень:* частично правильное выполнение движений и элементов современного танца.

*Обучающийся знает:* танцевальную терминологию

*Обучающийся умеет:* выполняет работу частично с преподавателем.

Движения выполнены не совсем аккуратно, без фантазии.

*Уровень ниже среднего:*

*Учащийся знает:* обучающийся путается в терминологии танцевальных движений и стилей.

*Обучающийся умеет:* выполняет движения совместно с преподавателем, не может самостоятельно, путается при выполнении движений. Движения выполнены неаккуратно.

## **Контрольно-практическая работа**

### **2 год обучения (продвинутый уровень):**

*1 полугодие.*

1. Классический танец

**Задание:** выполнить под музыку основные движения классического экзерсиса.

*Высокий уровень:* обучающийся правильно под музыку выполняет движения и комбинации, называет все движения, демонстрирует хорошую подготовку мышечного аппарата.

*Обучающийся знает:* правила выполнения движения, постановку рук и ног в классическом танце.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполнять движения под музыку.

*Средний уровень:* обучающийся не всегда правильно выполняет движения под музыку, ошибается в названиях элементов упражнений и комбинаций.

*Обучающийся знает:* частично правильно выполнения движений и элементов классического экзерсиса.

*Обучающийся умеет:* выполнять движения классического экзерсиса, но иногда ошибается в правильности выполнения.

*Уровень ниже среднего:*

*Обучающийся знает:* слабо знает правила выполнения классического экзерсиса, часто путается в названиях элементов.

*Обучающийся умеет:* не всегда правильно и под музыку выполняет упражнения, неправильно работает с мышечным аппаратом, движения выполнены небрежно.

## 2. Народный танец.

**Задание:** выполнить под музыкальный основные движения народного экзерсиса.

*Высокий уровень:* обучающийся правильно под музыку выполняет движения и комбинации, называет все движения, демонстрирует хорошую подготовку мышечного аппарата.

*Обучающийся знает:* правила выполнения движения, постановку рук и ног в народном танце.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполнять движения под музыку.

*Средний уровень:* обучающийся не всегда правильно выполняет движения под музыку, ошибается в названиях элементов упражнений и комбинаций.

*Обучающийся знает:* частично правильно выполнения движений и элементов народного экзерсиса.

*Обучающийся умеет:* выполнять движения народного экзерсиса, но иногда ошибается в правильности выполнения.

*Уровень ниже среднего:*

*Обучающийся знает:* слабо знает правила выполнения народного экзерсиса, часто путается в названиях элементов.

*Обучающийся умеет:* не всегда правильно и под музыку выполняет упражнения, неправильно работает с мышечным аппаратом, движения выполнены небрежно.

## 2 полугодие

### 1. Эстрадный танец

**Задание:** выполнить под музыку движения эстрадного танца.

*Высокий уровень:*

*Обучающийся знает:* называет все движения, знает технику безопасности при выполнении движений.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполняет движения в правильной последовательности. Движения выполнены аккуратно, с фантазией.

*Средний уровень:* частично правильное выполнение движений и элементов современного танца.

*Обучающийся знает:* танцевальную терминологию

*Обучающийся умеет:* выполняет работу частично с преподавателем.

Движения выполнены не совсем аккуратно, без фантазии.

*Уровень ниже среднего:*

*Учащийся знает:* обучающийся путается в терминологии танцевальных движений и стилей.

*Обучающийся умеет:* выполняет движения совместно с преподавателем, не может самостоятельно, путается при выполнении движений. Движения выполнены неаккуратно.

### **Контрольно-практическая работа**

#### **3 год обучения (продвинутый уровень):**

*1 полугодие.*

1.Классический танец

**Задание:** выполнить под музыку основные движения классического экзерсиса.

*Высокий уровень:* обучающийся правильно под музыку выполняет движения и комбинации, называет все движения, демонстрирует хорошую подготовку мышечного аппарата.

*Обучающийся знает:* правила выполнения движения, постановку рук и ног в классическом танце.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполнять движения под музыку.

*Средний уровень:* обучающийся не всегда правильно выполняет движения под музыку, ошибается в названиях элементов упражнений и комбинаций.

*Обучающийся знает:* частично правильно выполнения движений и элементов классического экзерсиса.

*Обучающийся умеет:* выполнять движения классического экзерсиса, но иногда ошибается в правильности выполнения.

*Уровень ниже среднего:*

*Обучающийся знает:* слабо знает правила выполнения классического экзерсиса, часто путается в названиях элементов.

*Обучающийся умеет:* не всегда правильно и под музыку выполняет упражнения, не правильно работает с мышечным аппаратом, движения выполнены небрежно.

2.Народный танец.

**Задание:** выполнить под музыкальный основные движения народного экзерсиса.

*Высокий уровень:* обучающийся правильно под музыку выполняет движения и комбинации, называет все движения, демонстрирует хорошую подготовку мышечного аппарата.

*Обучающийся знает:* правила выполнения движения, постановку рук и ног в народном танце.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполнять движения под музыку.

*Средний уровень:* обучающийся не всегда правильно выполняет движения под музыку, ошибается в названиях элементов упражнений и комбинаций.

*Обучающийся знает:* частично правильно выполнения движений и элементов народного экзерсиса.

*Обучающийся умеет:* выполнять движения народного экзерсиса, но иногда ошибается в правильности выполнения.

*Уровень ниже среднего:*

*Обучающийся знает:* слабо знает правила выполнения народного экзерсиса, часто путается в названиях элементов.

*Обучающийся умеет:* не всегда правильно и под музыку выполняет упражнения, неправильно работает с мышечным аппаратом, движения выполнены небрежно.

*2 полугодие*

1. Эстрадный танец

**Задание:** выполнить под музыку основные движения эстрадного танца.

*Высокий уровень:*

*Обучающийся знает:* называет все движения, знает технику безопасности при выполнении движений.

*Обучающийся умеет:* самостоятельно выполняет движения в правильной последовательности. Движения выполнены аккуратно, с фантазией.

*Средний уровень:* частично правильное выполнение движений и элементов современного танца.

*Обучающийся знает:* танцевальную терминологию

*Обучающийся умеет:* выполняет работу частично с преподавателем.

Движения выполнены не совсем аккуратно, без фантазии.

*Уровень ниже среднего:*

*Учащийся знает:* обучающийся путается в терминологии танцевальных движений и стилей.

*Обучающийся умеет:* выполняет движения совместно с преподавателем, не может самостоятельно, путается при выполнении движений. Движения выполнены неаккуратно.

## **Литература:**

### **Литература для обучающегося:**

1. Бекина С. И. «Музыка и движение». Москва 1984 г.
2. Михайлова М. А., Воронина И.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. М. Ярославль, 2000г

### **Литература для педагога:**

1. «Ритмика и танец». Программа министерства культуры для хореографических отделений школ искусств. Москва 1980 г
2. Бекина С. И. «Музыка и движение». Москва 1984 г.
3. Богомолова Л. В. «Итоги эксперимента художественно-эстетического направления». Москва 1993 г.
4. Васильева-Рождественская М. В. Историко-бытовой танец. М.Искусство, 1960г.
5. Классический танец. Программа для хореографических отделений школ искусств (проект). Москва 1992г.
6. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. М. Музыка 1972г.
7. Копорова Е. «Ритмика» – Москва 1997 г.
8. Михайлова М. А., Воронина И.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. М. Ярославль, 2000г

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 293471121974670499605301269442439140112018072234

Владелец Мосиенко Галина Анатольевна

Действителен с 27.12.2024 по 27.12.2025