

муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования детей Дзержинского района»  
(МОУ ДО «Центр дополнительного образования детей  
Дзержинского района»)

СОГЛАСОВАНО  
Методический совет  
от «01» октября 2025 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА  
Директор М.В. Мирошникова  
Приказ № 01/07/01 от 01.10.2025 г.  
Принята на заседании Педагогического совета  
Протокол № 1 от «01» октября 2025 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
детского хореографического ансамбля «Ритм»

Направленность программы – художественная

Срок реализации программы: 4 года  
Возраст обучающихся: 8 - 12 лет

Авторы-составители:  
Ведерникова Екатерина Михайловна,  
Гилязутдинова Дарья Николаевна,  
педагог дополнительного образования

Ярославль, 2025 г.

## Оглавление

	Стр.
I. Пояснительная записка	3
II. Учебно-тематические планы	10
III. Содержание	26
IV. Методическое обеспечение	37
V. Мониторинг результатов обучения.	40
VI. Список литературы	53
VII. Календарный учебный график	55
VIII. Приложения	75
1. Организация работы ансамбля	
2. Функции участников ансамбля	
3. План воспитательной работы в ансамбле	

## **I. Пояснительная записка**

### ***Актуальность и практическая значимость программы***

В настоящее время особую остроту и сложность приобретают проблемы нравственного воспитания нового поколения, социализации личности ребенка, обеспечения разностороннего развития обучающихся, создание личностно ориентированной системы дополнительного образования детей.

Наряду с общеобразовательной школой значительную роль в решении этих проблем могут сыграть различные учреждения и объединения дополнительного образования детей, индивидуально-личностная и добровольная основа деятельности которых позволяет удовлетворить запросы конкретной личности, продуктивно используя потенциал ее свободного времени. Одним из таких объединений является хореографический ансамбль «Ритм».

В ансамбле с большим интересом занимаются как девочки, так и мальчики. Ребят объединяет большое желание танцевать, выступать перед зрителями, возможность получать положительные эмоции, снимать внутреннее напряжение.

Программа хореографического ансамбля «Ритм» предусматривает последовательную работу по формированию личностных качеств ребенка, развитию его танцевальных и музыкальных способностей. Поэтому она, несомненно, имеет большую *практическую значимость, а значит, и педагогическую целесообразность*.

Развитие ребенка происходит путем включения его в определенную систему ценностей, культурных образцов. В процессе общения друг с другом, с младшими ребятами, со взрослыми при непосредственном включении в общую деятельность, развиваются коммуникативные способности детей.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе.

Отличительной особенностью программы является то, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления хореографии и пластики, включающие: партерную гимнастику, классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

#### **Цель программы:**

- создать благоприятные организационно-педагогические условия для развития мотивации к познанию и творчеству ребенка в области танцевального искусства, успешной самореализации в избранном виде деятельности средствами хореографии.

#### **Задачи:**

##### **ОБУЧАЮЩИЕ:**

- формировать танцевальные знания, умения, навыки;
- овладевать техникой танца;
- учить выполнять различные тренировочные упражнения;
- учить исполнять танцевальные композиции, входящие в репертуар ансамбля.

### РАЗВИВАЮЩИЕ:

- добиваться музыкально-ритмического развития детей;
- развивать координацию движений (корпуса, рук, ног, головы);
- развивать личностные качества и творческие способности детей.

### ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

- воспитывать самостоятельность и инициативность;
- воспитывать позитивную мотивацию к познавательной, творческой и досуговой деятельности;
- воспитывать общую и двигательную культуру детей.
- создать условия для формирования детского коллектива как средства развития личности.

### ЗАДАЧИ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ:

- подготовить детей к адаптации в современных жизненных условиях;
- создавать условия для самореализации и социализации личности детей.

### ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАЧИ:

- проводить диагностику запросов и потребностей детей и их родителей;
- проводить диагностику индивидуальных и групповых особенностей обучающихся;
- проводить диагностику творческих способностей детей.

Образовательная программа хореографического ансамбля «Ритм» подразделяется на 3 уровня обучения: ознакомительный уровень, базовый уровень, продвинутый уровень.

#### ***Базовый уровень***

Данная образовательная программа рассчитана на 4 года обучения. Переход на этот уровень программы возможен после освоения ознакомительного уровня (1 и 2 год обучения).

На 3 год обучения зачисляются дети 8 - 9 лет (3 класс школы)

На 4 год обучения зачисляются дети 9 -10 лет (4 класс школы)

На 5 год обучения зачисляются дети 9 – 11 лет (4, 5 класс школы)

На 6 год обучения зачисляются дети 11 - 12 лет (6 класс школы)

На *третьем году* обучения усложняются ритмические, музыкально-пространственные упражнения, продолжается работа над постановкой корпуса и овладением движений классического тренажа у станка и на середине зала.

Задачами *4-го года* обучения являются умение исполнять технически сложные комбинации и этюды в более сложных ритмических рисунках и ускоренных темпах и объединять движения в более сложные по композиции комбинации и этюды.

Программа по классическому танцу на *пятом году* обучения включает в себя более сложные упражнения экзерсиса, продолжение изучения новых элементов народно-характерного танца у станка и на середине зала. На данном этапе обучения идет повторение и закрепление пройденного материала историко-бытового танца, но основное количество часов отводится на изучение элементов современного танца.

На *шестом году* обучения продолжается работа над развитием устойчивости на п/п, силы стопы путём увеличения количества пройденных движений. Наряду с этим вводится

более сложная координация движений за счёт усложнения учебных комбинаций. В исполнение народно-характерного танца вводится больше разнообразных ритмических рисунков, более сложные танцевальные комбинации, направленные на развитие выразительности исполнения. Продолжается изучение основ джаз-модерн танца.

### ***Условия реализации программы***

Программа рассчитана на детей 8 – 12 лет.

Комплектование групп происходит на основе нормативных документов, в соответствии с Уставом учреждения и Санпинами.

Наполняемость групп:

3 год обучения (8 -9 лет) – 10 -25 человек

4 год обучения (9 -10 лет) – 10-25 человек

5 год обучения (9 - 11 лет) – 10-25 человек

6 год обучения (11 - 12 лет) – 10-25 человек

### ***Режим организации занятий***

Третий год обучения – занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа.

Четвертый год обучения – занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа.

Пятый год обучения – занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа.

Шестой год обучения – занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа.

В год у каждого года обучения выходить 216 часов.

Форма одежды приобретается родителями самостоятельно. Для девочек: гимнастический купальник (черный); юбочка шифоновая (в тон цвету купальника); балетки белого или черного цвета, белые носки и черные лосины; волосы собраны в пучок. Для мальчиков: футболка белого цвета; шорты темного цвета; балетки белого или черного цвета, носки.

### ***Формы проведения занятий***

- *Занятие-практикум*, на нём происходит отработка практических навыков (*репетиции*)
- *Занятие-игра* имеет определённые правила и служит для познания, отдыха и удовольствия; характеризуется моделированием жизненных процессов в условиях развивающейся ситуации. Проиграв определённую ситуацию, человек чувствует свои силы и возможности
- *Мастер-класс* – для проведения приглашаются педагоги других танцевальных коллективов
- *Занятие-исследование* – здесь учащийся узнаёт о себе, своих возможностях, способностях, психологических особенностях и создаёт свой индивидуальный образовательный маршрут в изучаемом направлении (проводит педагог-психолог) и другие

В ансамбле «Ритм» применяются и *нетрадиционные* формы учебных занятий:

- *Занятия-соревнования*: конкурсы, викторины, турниры
- *Чаепитие* – обладает большой силой, создаёт особую психологическую атмосферу, смягчает взаимные отношения, раскрепощает
- “*Огонёк* – праздник, посвящённый определённой теме: дню рождения, Новому году, Рождеству и так далее.

### ***Виды здоровьесберегающих технологий, применяемые на занятиях***

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья (ритмопластика, релаксация, подвижные игры и т.д.)
- Коррекционные технологии (воздействие цветом, воздействием музыкой, игротерапия).

### ***Ожидаемые результаты освоения программы***

По окончании *3 года обучения* дети должны

#### ***Знать:***

- основные позиции ног и рук классического и народно-характерного танцев;
- движения изученных комплексов ритмической гимнастики;
- различные способы перестроений.

#### ***Уметь:***

- самостоятельно начинать движения после вступления, сохранять дистанцию, останавливаться после ходьбы всем одновременно;
- правильно исполнять элементы классического, народно-характерного и историко-бытового танца согласно программе;
- выразительно передавать игровые образы и танцевальные движения;
- самостоятельно придумать танцевальную комбинацию и научить исполнять ее других детей;
- выразительно и непринужденно исполнять танцевальные композиции.

***Иметь*** навыки концертной деятельности.

По окончании *4 года обучения* дети должны

#### ***Знать:***

- знать название танцевальных элементов, соответствующих программе;
- знать и правильно исполнять основные элементы классического, народного, историко-бытового и современного танцев, соответствующие программе;
- знать движения изученных комплексов партерной гимнастики.

#### ***Уметь:***

- уметь импровизировать на заданную тему;
- уметь выразительно исполнять танцевальные композиции из репертуара ансамбля.

- уметь помогать друг другу осваивать новые движения и упражнения;

**Иметь** навыки концертной деятельности.

По окончании 5 года обучения дети должны

**Знать:**

- название танцевальных элементов, соответствующих программе;
- основные элементы классического, народного, историко-бытового танцев,

соответствующие программе;

- понятия джаз-модерн танца: гибкость, устойчивость, изоляция, контракшн, релиз;

**Уметь:**

- правильно выполнять основные позиции рук и ног, изолированную работу всех центров.

- правильно выполнять движения изученных комплексов партерной гимнастики;
- импровизировать на заданную музыку и тему;
- выразительно исполнять танцевальные композиции из репертуара ансамбля;
- правильно выполнять основные элементы классического, народного, историко-бытового танцев и джаз-модерн танца.

**Иметь** навыки концертной деятельности.

По окончании 6 года обучения дети должны

**Знать:**

- название танцевальных элементов, соответствующих программе;
- основные элементы классического и народного танцев, соответствующие программе;
- понятия: координация, уровни, эластичность мышц;
- движения изученных комплексов партерной гимнастики;

**Уметь:**

- правильно выполнять элементы современного танца: экзерсис на середине зала, упражнения для позвоночника, координация двух центров.
- импровизировать на заданную музыку и тему;
- выразительно исполнять танцевальные композиции из репертуара ансамбля.

**Иметь** навыки концертной деятельности.

**Общественно-значимые результаты:**

- ✓ в процессе обучения создано творческое содружество детей с преемственностью его участников;
- ✓ высокий престиж ансамбля у родителей, общественности, специалистов;
- ✓ достигнуты презентабельные результаты деятельности учащихся ансамбля: призовые места на российских, международных фестивалях и конкурсах (минимум по одному в учебный год на каждом уровне).

**Личностные результаты:**

- ✓ в результате обучения по программе учащиеся имеют представление о хореографическом искусстве;
- ✓ владеют практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объеме данной программы;
- ✓ умеют чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
- ✓ приобрели общую эстетическую и танцевальную культуру;
- ✓ умеют самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями (эти результаты будут отслеживаться в процессе концертных выступлений и зачетных формах подведения итогов обучения).
- ✓ сформирована определенная нравственная культура учащихся;
- ✓ выработана социальная адаптация, помогающая им преодолевать сложные жизненные ситуации;
- ✓ сформировано выраженное желание и умение самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
- ✓ сформирована готовность к обучению в вузах и техникумах (не только творческой направленности) благодаря сформированной высокой работоспособности и конкурентоспособности;
- ✓ сформировано умение терпимо относиться к любым видам искусства, правильно их оценивать в собственном сознании;
- ✓ заложены основы крепкого здоровья и физической выносливости.

### ***Способы отслеживания результатов***

***Педагогический контроль*** предполагает такие виды, как: систематический, периодический, промежуточный, итоговой годовой.

***Систематический контроль*** (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, *формами* контроля являются просмотр, анализ выполненного задания. По итогам занятия выставляются оценки по пятибалльной шкале. Оценки фиксируются в дневниках обучающихся.

***Периодический контроль*** проводится по окончанию темы, здесь решается такая же задача – проверить, как освоена тема, внимание обращается кроме правильности исполнения, техничности, активности, уровня физической нагрузки еще и знания теоретической и практической части, этот вид контроля также выставляется зачет, добавляется анализ усвоения теоретического и практического материала (вслух проговаривается обучающемуся).

***Промежуточный контроль*** осуществляется по итогам первого полугодия в ноябре, задачами являются выявить уровень освоения учащимися программы за год, определить изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Оценивается правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической



нагрузки; знание теоретической и практической части. *Форма контроля* – дифференцированный зачет, анализ, самоанализ которые осуществляются в ходе открытого контрольного урока.

*Итоговой годовой контроль* проходит в конце учебного года (апрель – май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность. *Формой контроля* является просмотр и анализ, тестирование, отчет фиксируется в ходе участия в городских, областных конкурсах и фестивалях, в отчетных концертах объединения и учреждения.

По итогам года ученикам вручают грамоты за хорошие успехи и Благодарственные письма родителям. И как результат успешного освоения программы – возможное участие в концертной деятельности летом.

Летом, в каникулы, в городском лагере идет закрепление знаний, умений, навыков, по необходимости создаются концертные бригады и проводится концертная деятельность в загородных оздоровительных лагерях, мероприятиях города и области.

### ***Формы подведения итогов***

- Итоговые открытые занятия;
- участие в конкурсах, концертах, фестивалях;
- беседы с родителями и детьми;
- отчетные концерты в конце учебного года.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая *модифицированная* программа имеет *художественную* направленность и по структуре своей является *комплексной*.

В основу её положены методические пособия и примерные программы известных хореографов, специалистов в области детской хореографии Н.Ю. Кудрявцевой, Л. Бондаренко, В.Г. Шершнева и др.

## II. Учебно-тематические и календарные планы III – VI годов обучения

### III год обучения

№ п/п	Названия разделов и тем	Общее кол-во часов	Теор. часы	Прак. часы
<b>1.</b>	<b><i>Организационный</i></b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1.1.	Вводное занятие «Цели и задачи в новом учебном году»	2	2	-
<b>2.</b>	<b><i>Музыкально-ритмическое воспитание</i></b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
2.1.	Азбука музыкального движения	6	1	5
2.2.	Ритмические упражнения	2	0	1
2.3.	Музыкально-пространственные упражнения	2	1	1
<b>3.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>44</b>
3.1.	Экзерсис у станка	30	2	28
3.2.	Экзерсис на середине зала	14	2	12
3.3.	АПЕГРО- прыжки	6	2	4
<b>4.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>30</b>
4.1.	Экзерсис у станка	12	2	10
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	22	2	20
<b>5.</b>	<b><i>Элементы историко-бытового танца</i></b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
5.1.	Повторение: Поклоны и реверансы в ритме полонеза	2	0	2
5.2.	pas польки, галопа.	6	1	5
5.3.	рисунок и фигуры танца «Комбинированная полька», «Падеграс».	6	1	5
<b>6.</b>	<b><i>Партерный экзерсис</i></b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>44</b>
6.1.	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела	6	1	5
6.2.	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	6	1	5
6.3.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	6	1	5

6.4.	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	8	1	7
6.5.	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	6	1	5
6.6.	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы	4	1	3
6.7.	Упражнения для развития выворотности ног и танцевал. шага	6	0	6
6.8.	Упражнения системы стретчинга.	8	0	8
<b>7.</b>	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
7.1.	Этюды-фантазии	8	0	8
7.2.	Изображение в пантомиме мира живой и неживой природы.	2	1	1
7.3.	Упражнения для развития творческого воображения.	6	1	5
<b>8.</b>	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>30</b>	<b>-</b>	<b>30</b>
<b>9.</b>	<b><i>Сводные репетиции ансамбля</i></b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>
	<b><i>Итого:</i></b>	<b>216</b>	<b>26</b>	<b>190</b>

### III год обучения Модуль № 1 (сентябрь-декабрь)

№ п/п	Названия разделов и тем	Общее кол-во часов	Теор.часы	Прак.часы
<b>1.</b>	<b><i>Организационный</i></b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1.1.	Вводное занятие «Цели и задачи в новом учебном году»	2		-
<b>2.</b>	<b><i>Музыкально-ритмическое воспитание</i></b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
2.1.	Азбука музыкального движения	6		
2.2.	Ритмические упражнения	2		
2.3.	Музыкально-пространственные упражнения	2		
<b>3.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
3.1.	Экзерсис у станка	10		
3.2.	Экзерсис на середине зала	10		
3.3.	АПЕГРО- прыжки	4		

<b>4.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
4.1.	Экзерсис у станка	10		
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	10		
<b>5.</b>	<b><i>Элементы историко-бытового танца</i></b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
5.1.	Повторение: Поклоны и реверансы в ритме полонеза	2		
5.2.	рас польки, галопа.	6		
5.3.	рисунок и фигуры танца «Комбинированная полька», «Падеграс».	6		
<b>6.</b>	<b><i>Партерный экзерсис</i></b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>20</b>
6.1.	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела	6		
6.2.	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	6		
6.3.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	6		
6.4.	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы	4		
<b>7.</b>	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>12</b>
<b>8.</b>	<b><i>Итого:</i></b>	<b>104</b>	<b>16</b>	<b>88</b>

### III год обучения Модуль № 2 (январь-май)

<b>1.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
1.1.	Экзерсис у станка	10		
1.2.	Экзерсис на середине зала	10		
1.3.	АПЕГРО- прыжки	6		

<b>2.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
2.1.	Экзерсис у станка	4		
2.2.	Русский народный танец. Элементы танца	10		
<b>3.</b>	<b><i>Партерный экзерсис</i></b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>
3.1	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	8		
3.2.	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	6		
3.3.	Упражнения для развития выворотности ног и танцевал. шага	6		
3.4.	Упражнения системы стретчинга.	8		
<b>5.</b>	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
5.1.	Этюды-фантазии	8		
5.2.	Изображение в пантомиме мира живой и неживой природы.	2		
5.3.	Упражнения для развития творческого воображения.	6		
<b>6.</b>	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>
<b>7.</b>	<b><i>Сводные репетиции ансамбля</i></b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>
	<b><i>Итого:</i></b>	<b>112</b>	<b>8</b>	<b>104</b>

#### IV год обучения

<b>№ п/п</b>	<b>Названия разделов и тем</b>	<b>Общее кол-во часов</b>	<b>Теор.часы</b>	<b>Прак.часы</b>
<b>1.</b>	<b><i>Организационный</i></b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1.1.	Вводное занятие «Цели и задачи в новом учебном году»	2	2	-
<b>2.</b>	<b><i>Музыкально-ритмическое воспитание</i></b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>

2.1.	Повторение и закрепление знаний и навыков полученных ранее о музыкальных жанрах, ориентировке в пространстве	2	1	1
2.2.	Ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали.	4	1	3
<b>3.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>56</b>	<b>6</b>	<b>50</b>
3.1.	Экзерсис у станка	28	2	26
3.2.	Экзерсис на середине зала	16	2	14
3.3.	АПЕГРО- прыжки	12	2	10
<b>4.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
4.1.	Экзерсис у станка	12	2	10
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	12	2	10
<b>5.</b>	<b><i>Элементы историко-бытового и современного танца</i></b>	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>
5.1.	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0	2
5.2.	Выполнение несложных комбинаций из нескольких элементов	2	0	2
5.3.	Ознакомление с танцами «Чарлстон», «Фигурный вальс».	4	1	3
5.4	Разучивание комбинаций с различными положениями рук, поворотами и наклонами головы	2	0	2
5.5	pas balance. pas de bascule	4	1	3
5.6.	Танцевальные элементы для проработки мышц стоп, голеностоп, спины, шеи, рук	4	0	4
5.7	Перегибы корпуса	4	1	3
5.8	Приставные шаги	4	0	4
<b>6.</b>	<b><i>Партнерный экзерсис</i></b>	<b>44</b>	<b>4</b>	<b>40</b>
6.1.	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	6	1	5
6.2.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	8	1	7

6.3.	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	6	0	5
6.4.	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	6	0	5
6.5.	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы	6	1	5
6.6.	Упражнения для развития выворотности ног и танцевал. шага	4	0	4
6.7.	Упражнения системы стретчинга.	8	1	7
7.	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
7.1.	Свободная импровизация под современные музыкальные композиции;	2	0	2
7.2.	Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии;	6	1	5
7.3.	Физическое воплощение образа, чувства, настроения под музыкальное сопровождение.	4	1	3
8.	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>30</b>	<b>-</b>	<b>30</b>
9.	<b><i>Сводные репетиции ансамбля</i></b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>
	<b><i>Итого:</i></b>	<b>216</b>	<b>24</b>	<b>192</b>

#### IV год обучения Модуль № 3 (сентябрь-декабрь)

№ п/п	Названия разделов и тем	Общее кол-во часов	Теор.часы	Прак.часы
1.	<b><i>Организационный</i></b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1.1.	Вводное занятие «Цели и задачи в новом учебном году»	2		-
2.	<b><i>Музыкально-ритмическое воспитание</i></b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
2.1.	Повторение и закрепление знаний и навыков полученных ранее о музыкальных жанрах, ориентировке в пространстве	2		

2.2.	Ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали.	4		
<b>3.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
3.1.	Экзерсис у станка	10		
3.2.	Экзерсис на середине зала	10		
3.3.	АПЕГРО- прыжки	8		
<b>4.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
4.1.	Экзерсис у станка	6		
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	6		
<b>5.</b>	<b><i>Элементы историко-бытового и современного танца</i></b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
5.1.	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0	2
5.2.	Выполнение несложных комбинаций из нескольких элементов	2	0	2
5.3.	Ознакомление с танцами «Чарлстон», «Фигурный вальс».	4	1	3
5.4	Разучивание комбинаций с различными положениями рук, поворотами и наклонами головы	2	0	2
5.5	pas balance. pas de bascug	4	1	3
<b>6.</b>	<b><i>Партнерный экзерсис</i></b>	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>22</b>
6.1.	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	6		
6.2.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	8		
6.3.	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	6		
6.4.	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	6		
<b>7.</b>	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
7.1.	Свободная импровизация под современные музыкальные композиции;	2		



7.3.	Физическое воплощение образа, чувства, настроения под музыкальное сопровождение.	4		
8.	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>
	<b><i>Итого:</i></b>	<b>104</b>	<b>18</b>	<b>86</b>

#### **IV год обучения Модуль № 4 (январь-май)**

3.	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
3.1.	Экзерсис у станка	10		
3.2.	Экзерсис на середине зала	10		
3.3.	АПЕГРО- прыжки	8		
4.	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
4.1.	Экзерсис у станка	10		
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	10		
5.	<b><i>Элементы историко-бытового и современного танца</i></b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
5.1.	Танцевальные элементы для проработки мышц стоп, голеностоп, спины, шеи, рук	4		
5.2	Перегибы корпуса	4		
5.3	Приставные шаги	4		
6.	<b><i>Партнерный экзерсис</i></b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>
6.1.	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы	6		
6.2.	Упражнения для развития выворотности ног и танцевал. шага	4		
6.3.	Упражнения системы стретчинга.	8		
7.	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
7.1.	Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии;	6		

8.	<i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>
9.	<i>Сводные репетиции ансамбля</i>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>
	<b>Итого:</b>	<b>112</b>	<b>12</b>	<b>100</b>

### V год обучения

№ п/п	Названия разделов и тем	Общее кол-во часов	Теор.часы	Прак.часы
<b>1.</b>	<b><i>Организационный</i></b>	<b>4</b>	<b>2</b>	
1.1.	Вводное занятие «Цели и задачи в новом учебном году»	4	4	-
<b>2.</b>	<b><i>Музыкально-ритмическое воспитание</i></b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>
2.1.	Повторение и закрепление знаний и навыков полученных ранее о музыкальных жанрах, ориентировке в пространстве	2	0	2
<b>3.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>57</b>	<b>6</b>	<b>51</b>
3.1.	Экзерсис у станка	26	2	24
3.2.	Экзерсис на середине зала	26	2	24
3.3.	АПЕГРО- прыжки	5	2	3
<b>4.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
4.1.	Экзерсис у станка	8	1	7
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	8	2	6
4.3.	Украинский народный танец. Элементы танца	4	1	3
<b>5.</b>	<b><i>Элементы историко-бытового и современного танца</i></b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
5.1.	Повторение и закрепление элементов историко-бытового танца.	2	1	1
5.2.	<i>Основы джаз-модерн танца</i>	28	1	27
5.3	Разминка	8	1	7

5.4	Изоляция	14	1	13
5.5	Кросс. Передвижение в пространстве.	6	0	6
<b>6.</b>	<b><i>Партерный экзерсис</i></b>	<b>38</b>	<b>4</b>	<b>34</b>
6.1	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;	4	1	3
6.2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	6	1	5
6.3.	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	6	1	5
6.4.	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	4	0	3
6.5.	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы	6	0	5
6.6.	Упражнения для развития выворотности ног и танцевал. шага	2	1	1
6.7.	Упражнения системы стретчинга.	10	0	10
<b>7.</b>	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
7.1.	Этюды-фантазии.	6	1	5
7.2.	Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии;	6	1	5
<b>8.</b>	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>34</b>	<b>-</b>	<b>30</b>
<b>9.</b>	<b><i>Сводные репетиции ансамбля</i></b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>
	<b><i>Итого:</i></b>	<b>216</b>	<b>24</b>	<b>192</b>

**V год обучения , модуль № 5 (сентябрь-декабрь)**

№ п/п	Названия разделов и тем	Общее кол-во часов	Теор.часы	Прак.часы
<b>1.</b>	<b><i>Организационный</i></b>	<b>4</b>	<b>2</b>	

1.1.	Вводное занятие «Цели и задачи в новом учебном году»	4		
2.	<b><i>Музыкально-ритмическое воспитание</i></b>	2	-	2
2.1.	Повторение и закрепление знаний и навыков полученных ранее о музыкальных жанрах, ориентировке в пространстве	2		
3.	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	30	4	26
3.1.	Экзерсис у станка	14		
3.2.	Экзерсис на середине зала	12		
3.3.	АПЕГРО- прыжки	5		
4.	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	10	2	8
4.1.	Экзерсис у станка	4		
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	4		
4.3.	Украинский народный танец. Элементы танца	2		
5.	<b><i>Элементы историко-бытового и современного танца</i></b>	10	2	8
5.1.	Повторение и закрепление элементов историко-бытового танца.	2		
5.3	Разминка	8		
6.	<b><i>Партерный экзерсис</i></b>	28	4	34
6.1	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;	4		
6.2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	6		
6.3.	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	6		
6.4.	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	4		
6.5.	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы	6		

6.6.	Упражнения для развития выворотности ног и танцевал. шага	2		
8.	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>
	<b><i>Итого:</i></b>	<b>100</b>	<b>14</b>	<b>86</b>

**V год обучения, модуль № 6 (январь-май)**

3.	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
3.1.	Экзерсис у станка	12		
3.2.	Экзерсис на середине зала	10		
3.3.	АПЕГРО- прыжки	6		
4.	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
4.1.	Экзерсис у станка	4		
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	4		
4.3.	Украинский народный танец. Элементы танца	2		
5.	<b><i>Элементы историко-бытового и современного танца</i></b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
5.2.	Основы джаз-модерн танца	28		
5.4	Изоляция	14		
5.5	Кросс. Передвижение в пространстве.	6		
6.	<b><i>Партерный экзерсис</i></b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
6.7.	Упражнения системы стретчинга.	10		
7.	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
7.1.	Этюды-фантазии.	6		
7.2.	Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии;	6		
8.	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>
9.	<b><i>Сводные репетиции ансамбля</i></b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>
	<b><i>Итого:</i></b>	<b>116</b>	<b>14</b>	<b>102</b>

### VI год обучения

№ п/п	Названия разделов и тем	Общее кол- во часов	Теор.часы	Прак.часы
<b>1.</b>	<b><i>Организационный</i></b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
1.1.	Вводное занятие - Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях в учреждении дополнительного образования; Введение поклона в начале и конце занятия.	2	2	-
<b>2.</b>	<b><i>Музыкально-ритмическое воспитание</i></b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>
2.1.	Ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали	2	1	1
<b>3.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>44</b>
3.1.	Экзерсис у станка	22	2	20
3.2.	Экзерсис на середине зала	18	2	16
3.3.	АПЕГРО- прыжки	10	2	8
<b>4.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
4.1.	Экзерсис у станка	10	2	8
4.2.	Русский народный танец. Элементы танца	10	2	8
<b>5.</b>	<b><i>Элементы современной эстрадной хореографии.</i></b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>44</b>
5.1.	Беседа о современных стилях и направлениях	2	<b>1</b>	<b>1</b>
5.2.	Основы джаз-модерн танца	48	1	46
5.3.	Разминка	24	1	23
5.4.	Изоляция	14	1	13
5.5.	Кросс. Передвижение в пространстве.	10	2	8
<b>6.</b>	<b><i>Партнерный экзерсис</i></b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>
6.1	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;	2	0	2

6.2.	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	4	1	3
6.3.	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	2	0	2
6.4.	Упражнения системы стретчинга.	10	1	9
<b>7.</b>	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b><i>12</i></b>	<b><i>2</i></b>	<b><i>10</i></b>
7.1.	Этюды-фантазии.	6	1	5
7.2.	Упражнения для развития творческого воображения	6	1	5
<b>8.</b>	<b><i>Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b><i>44</i></b>	<b><i>-</i></b>	<b><i>30</i></b>
<b>9.</b>	<b><i>Сводные репетиции ансамбля</i></b>	<b><i>18</i></b>	<b><i>-</i></b>	<b><i>18</i></b>
	<b><i>Итого:</i></b>	<b><i>216</i></b>	<b><i>22</i></b>	<b><i>194</i></b>

#### **VI год обучения Модуль № 7 (сентябрь-декабрь)**

<b>№ п/п</b>	<b>Названия разделов и тем</b>	<b>Общее кол-во часов</b>	<b>Теор.часы</b>	<b>Прак.часы</b>
<b>1.</b>	<b><i>Организационный</i></b>	<b><i>2</i></b>	<b><i>2</i></b>	
1.1.	Вводное занятие - Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях в учреждении дополнительного образования; Введение поклона в начале и конце занятия.	2	2	-
<b>2.</b>	<b><i>Музыкально-ритмическое воспитание</i></b>	<b><i>2</i></b>	<b><i>-</i></b>	<b><i>2</i></b>
2.1.	Ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали	2		
<b>3.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b><i>22</i></b>	<b><i>2</i></b>	<b><i>20</i></b>
3.1.	Экзерсис у станка	10		
3.2.	Экзерсис на середине зала	8		
3.3.	АППЕГРО- прыжки	4		
<b>4.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b><i>10</i></b>	<b><i>2</i></b>	<b><i>8</i></b>
4.1.	Экзерсис у станка	10		
<b>5.</b>	<b><i>Элементы современной</i></b>	<b><i>22</i></b>	<b><i>4</i></b>	<b><i>42</i></b>

	<i>эстрадной хореографии.</i>			
5.1.	Беседа о современных стилях и направлениях	2		
5.2.	Основы джаз-модерн танца	20		
5.3.	Разминка	10		
5.4.	Изоляция	10		
<b>6.</b>	<b><i>Партерный экзерсис</i></b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
6.1	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;	2		
6.2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	2		
6.3.	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	2		
6.4.	Упражнения системы стретчинга.	10		
<b>7.</b>	<b><i>Танцевальная импровизация</i></b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
7.1.	Этюды-фантазии.	6		
7.2.	Упражнения для развития творческого воображения	6		
	<b><i>Итого:</i></b>	<b>86</b>	<b>14</b>	<b>72</b>

#### **VI год обучения Модуль № 8 (январь-май)**

<b>1.</b>	<b><i>Элементы классического танца</i></b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
1.1.	Экзерсис у станка	10		
1.2.	Экзерсис на середине зала	10		
1.3.	АПЕГРО- прыжки	4		
<b>2.</b>	<b><i>Элементы современной эстрадной хореографии.</i></b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
2.1	Кросс. Передвижение в пространстве.	10		
2.2	Разминка	12		
2.3	Изоляция	12		
<b>3.</b>	<b><i>Постановочная работа репетиционная работа. Концертная деятельность</i></b>	<b>36</b>	<b>-</b>	<b>36</b>
<b>4.</b>	<b><i>Элементы народно-характерного танца</i></b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
4.1.	Экзерсис у станка	10		
		<b>94</b>	<b>8</b>	<b>86</b>



	<b><i>Итого:</i></b>			
--	----------------------	--	--	--

### III. Содержание программы

#### III год обучения

##### I раздел «Организационный»

*1.1 Вводное занятие.* Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях.

Введение поклона в начале и в конце занятия.

##### II раздел «Музыкально-ритмическое воспитание»

Теория: *2.1 Азбука музыкального движения:* Закрепление знаний и навыков полученных ранее. Расширение представления об особенностях марша и других жанров. Слушание и анализ маршевой и танцевальной музыки.

Практика: *2.2 Ритмические упражнения:* Более сложные ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали.

*2.3 Музыкально-пространственные упражнения:* Совершенствование перестроений.

##### III раздел «Элементы классического танца»

Продолжается работа над постановкой корпуса и овладением движений классического тренажа у станка и на середине зала. Для развития силы ног увеличивается количество упражнений.

Теория: Терминология. Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога).

Практика: *3.1 Экзерсис у станка:*

- Demi plie, Grand plie по I, II, V позициям;
- Battement tendu с V позиции;
- Battements tendus jetes в сторону, вперёд, назад;
- Rond de jambe par terre en dehors en dedans: слитно на 1 т. 2/4; rond de jambe par terre на plie;
- Sur le cou – de – pied, passé;
- Grand battements jetes с I позиции;
- Battements releves lents на 45 градусов;
- Port de bras.

*3.2 Экзерсис на середине зала :*

- Demi plie, Grand plie по I, II позициям;
- Battement tendu;
- Battements tendus jetes в сторону с I позиции;
- Releves на п/п по I, II позициям;
- I port de bras упражнения для рук.

*3.3. ALLEGRO*

- Трамплинные прыжки, прыжки со скакалкой;
- Saute по I, II позициям (лицом к станку);
- I port de bras упражнения для рук.

##### IV Раздел «Элементы народно-характерного танца»

Теория: Начинаем изучать движения у станка. Упражнения у станка на ставят своей целью познакомить обучающихся с особенностями народно-сценического экзерсиса и научить их правильно исполнять движения в начальной простейшей форме. По мере усвоения упражнений у станка, ряд из них выносятся на середину зала и исполняется в координации с движениями корпуса, рук и головы. Ряд элементов народных танцев первоначально проучиваются у станка и вводятся в комбинации, на соответствующие группы мышц. На середине зала допускается построение не сложных комбинаций и композиций на материале народных танцев.

Практика:

#### 4.1. Экзерсис у станка:

- Повторение: Пять открытых позиций ног;
- Повторение: Подготовка к началу движения (preparation): движение руки; движение руки в координации с движением ноги;
- Приседание по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям (муз. Разм. 3/4, 4/4): а) полуприседания (demi- plie) б) полное приседание (grand plie).

#### - 4.2 Элементы русского народного танца:

- «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе;
- «Веребочка»: а) с двойным ударом полупальцами б) простая с поочередными переступаниями;
- «Ковырялочка» с подскоками;
- «Ключ» простой на подскоках;
- Дробные движения:
  - а) простая дробь на месте,
  - б) простая дробь полупальцами на месте,
  - в) дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед;
- Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).

### **V Раздел «Элементы историко-бытового танца»**

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

Практика. Повторение: - Поклоны и реверансы в ритме полонеза; pas польки, галопа; рисунок и фигуры танца «Комбинированная полька», «Падеграс».

### **VI Раздел «Партнерный экзерсис»**

Теория: В течение года выполняется комплекс упражнений партнерной гимнастики, направленный на работу всех групп мышц.

Практика: Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела; Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса («Плуг»; «Уголок»); Упражнения на улучшение гибкости позвоночника («Корзиночка»; «Полумостик»; «Мостик»); Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов; Упражнения для

развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы (Разворот стопы из VI позиции в I позицию); Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага («Лягушка» во всех положениях, «Солнышко»); Упражнения системы стретчинга.

### **VII Раздел Танцевальная импровизация**

Теория: На этом этапе обучения включает в себя работу по следующим направлениям: Этюды-фантазии и Развитие творческого воображения.

Практика: Этюды-фантазии; Изображение в пантомиме мира живой и неживой природы; Упражнения для развития творческого воображения («На речке»; «Подснежники»).

### **VIII Раздел «Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность».**

Разучиваются танцевальные комбинации и этюды на взаимодействие. Танцевальные номера ставятся на основе пройденных танцевальных движений. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка в соответствующей обработке для данного возраста. Для третьего года обучения в программу входят номера из репертуара ансамбля: «Подсолнух»; «Веселые сороконожки»; «Ягодки», а также новые постановки.

### **IX Раздел «Сводные репетиции ансамбля»**

С третьего года обучения учащиеся посещают сводные репетиции ансамбля. Подготовка к отчетным концертам, конкурсам и фестивалям, мероприятиям различного уровня; постановка и отработка массовых номеров.

## **IV год обучения**

### **I раздел «Организационный»**

*1.1 Вводное занятие.* Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях.

Введение поклона в начале и в конце занятия.

### **II раздел «Музыкально-ритмическое воспитание»**

Теория: Повторение и закрепление знаний и навыков полученных ранее о музыкальных жанрах, ориентировке в пространстве.

Практика: Ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали.

### **III раздел «Элементы классического танца»**

Основными задачами этого года обучения являются: развитие устойчивости, усвоение техники упражнений в более быстром темпе, усложненные упражнения экзерсиса. Большое внимание уделяется экзерсису на середине, постепенно вводятся вращения по диагонали и более сложные прыжки.

Теория: Терминология. Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога).

Практика: *3.1 Экзерсис у станка*

- Battements frappes и double frappes в сторону;
- Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi – plie;
- Petit battement;
- Battements developpes en face;
- Grand battements jetes;
- Pas de burre;

- Port de bras: а) с наклоном корпуса; б) с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперёд и назад;

### 3.2 Экзерсис на середине зала

- I и III Port de bras;
- Классические позы: I и II arabesque;
- Вращения по диагонали.

### 3.3 ALLEGRO

- Pas echappe;
- changement de pieds;
- Pas assemble лицом к станку.

## **IV Раздел «Элементы народно-характерного танца»**

Теория: Задачами 4-го года обучения является умение исполнять технически сложные комбинации и этюды в более сложных ритмических рисунках и ускоренных темпах. Объединять движения в более сложные по композиции комбинации и этюды. Особое внимание уделять выразительности исполнения и донесения характера и точной манеры исполнения изучаемого народного танца. Развитию навыков ансамблевого исполнения более сложных, технически насыщенных танцев. Продолжение изучения новых элементов у станка и на середине зала. Продолжается изучения элементов русского танца в более сложных сочетаниях.

Практика:

### 4.1. Экзерсис у станка.

- Упражнение с напряженной стопой (battements tendus) из 1-й прямой позиции на каблук; ( муз. разм. 4/4);
- Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад ( муз. разм 4/4): с полуприседанием на опорной ноге. б) с полуприседанием в исходной позиции;
- Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад (муз. разм 4/4);
- Подготовка к « веревочке», скольжение работающей ноги по опорной ( муз. разм. 2/4,4/4);

### 4.2 Русский народный танец. Элементы танца.

- Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол. 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;
- Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.

## **V Раздел «Элементы историко-бытового и современного танца»**

Теория: Закрепление пройденного материала. Выполнение несложных комбинаций из нескольких элементов». Разучивание комбинаций с различными положениями рук,

поворотами и наклонами головы. Соблюдение рисунка танца, двигаясь в ансамбле, передавая особенности, стиль, манеры и характер исполнения. Характер вальсовой мелодии передается через исполнение *pas balance. pas de bascgus*. Вводятся элементы современного танца. Обучающиеся знакомятся с возможностями своего тела, изучают характерные признаки современного танца: ритмичность, динамику, колоритность, совершенную свободу и координацию всех частей тела, возможность импровизации. При первоначальном знакомстве с предметом необходимо добиться достаточной свободы позвоночника, чтобы совершать движения различных его частей.

Практика:

- Повторение и закрепление пройденного материала;
- Выполнение несложных комбинаций из нескольких элементов;
- Ознакомление с танцами «Чарлстон», «Фигурный вальс»;
- Разучивание комбинаций с различными положениями рук, поворотами и наклонами головы;
- *pas balance. pas de bascgus*;
- Танцевальные элементы для проработки мышц стоп, голеностоп, спины, шеи, рук;
- Перегибы корпуса;
- Приставные шаги.

## **VI Раздел «Партерный экзерсис»**

Теория: Включает в себя особенности выполнения упражнений для развития тела, упражнений партерного экзерсиса и упражнений системы стретчинга.

Практика. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса; Упражнения на улучшение гибкости позвоночника; Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов; Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы; Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; Упражнения системы стретчинга.

## **VII Раздел «Танцевальная импровизация»**

Теория: Приемы импровизации: физическое воплощение образа, чувства, настроения под музыкальное сопровождение, предложенное педагогом.

Практика: Свободная импровизация воспитанников под современные музыкальные композиции; Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии: «придумай себе дело», «здравствуйте, я ...!», «снимаем-одеваем», «я – не я»;

## **VIII Раздел «Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность»**

Постановочная работа определяется педагогом в зависимости от пройденного объема программы и подготовленности участников ансамбля, а также наличие у педагога интересного танцевального и музыкального материала. В зависимости от этих факторов репертуар коллектива может быть разнообразным и строиться не только на материале данной программы. На данном этапе обучения приходится усложнение танцевальной

лексики за счёт более сложных комбинаций и сочетаний движений. Музыкальный материал соответствует эмоциональной возрастной реакции обучающихся на музыку, характер музыки – жизнерадостный, возможны различные обработки детских песен и народной музыки в эстрадном варианте. В течение обучения по направлению «Народно-сценический танец» на основе проученного материала ставятся номера в копилку репертура коллектива в характере народного или стилизованного танца с сюжетной направленностью. Музыкальный материал: эстрадная, народная музыка, эстрадная обработка народной музыки, возможно обращение к различным музыкальным размерам. В репертуар входят танцевальные композиции «Диджей»; «Калинка»; «Веселые Сороконожки» и новые хореографические постановки.

### **IX Раздел «Сводные репетиции ансамбля»**

Обучающие посещают сводные репетиции ансамбля. Подготовка к отчетным концертам, конкурсам и фестивалям, мероприятиям различного уровня; постановка и отработка массовых номеров.

## **V год обучения**

### **I раздел «Организационный»**

*Вводное занятие.* Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях в учреждении дополнительного образования; введение поклона в начале и конце занятия.

Культура сценического облика: Беседа «Гигиена в жизни и на сцене»; Сценический макияж.

### **II раздел «Музыкально-ритмическое воспитание»**

Практика: Ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали.

### **III раздел «Элементы классического танца»**

Программа по классическому танцу включает в себя более сложные упражнения экзерсиса. Экзерсис на середине комбинируется из тех же упражнений, что и у станка, затем переходит в легкое адажио, направленное лишь к приобретению устойчивости. В течение года изучаются более сложные прыжки.

Теория: Терминология. Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога).

Практика: *3.1 Экзерсис у станка.*

- Battement tendu double;
- battement soutenu;
- Battement frappe во всех направлениях;
- Battement fondu;
- Rond de jambe en l'air en dehors, en dedans;
- Pas de bourree в повороте;
- Battement tendu jete pique.

*3.2 Экзерсис на середине зала*

- IV Port de bras упражнения для рук;
- Позы ecartee назад и вперед;
- Battement tendu с V позиции;

- Temps lie par terre avec port de bras с перегибом корпуса назад и в сторону;
- Rond de jambe par terre en tournant;
- Pas de burle en dehors;
- Классические позы: I, II, III arabesque;
- Вращения по диагонали.

### 3.3 *Allegro*

- Pas assemble;
- Sissonne fermee;
- Sissonne simple.

## **IV Раздел «Элементы народно-характерного танца»**

Теория: Формы народного танца. Сценический танец.

Практика:

### 4.1 *Упражнения у станка*

- Маленькие броски (battementstendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (муз. разм. 2/4, 6/8);
- Приседания резкие и плавные по 1-ой, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой позиции;
- Круговое скольжение по полу (rondde jambe par terre);
- Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно;

### 4.2 *Русский народный танец. Элементы танца*

- «Ключ» с двойной дробью
- Подбивка «Голубец»: а) на месте. б) с двумя переступаниями
- Вращения.

### 4.3 *Украинский народный танец. Элементы танца*

- Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Положения рук в парном и массовом танце;
- Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками;

## **V Раздел «Элементы историко-бытового и современного танца».**

Теория: На данном этапе обучения идет повторение и закрепление пройденного материала историко-бытового танца, но основное количество часов отводится на изучение элементов современного танца.

В данной программе присутствует обобщённое понятие современной хореографии, так как здесь предпринята попытка ознакомить детей с некоторыми направлениями современного танца. Основой курса является соприкосновение с таким направлением современной хореографии, как джаз-модерн танец. Программой по данному предмету предусмотрены практические и теоретические занятия. Основу занятий составляет тренаж джаз-модерн танца. Эта дисциплина вводится в программу после того как освоены основные элементы классического и народного танца. Так как джаз-модерн танец не имеет единой методики преподавания, то его экзерсис может строиться на принципах



классического экзерсиса, и это даёт возможность педагогу проявлять полную творческую свободу.

Задача на данном году обучения – добиться достаточной свободы позвоночника при напряженном верхе. Релаксация позвоночника. Распределение напряжения и расслабления. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов джаз-модерн танца.

Практика: *Основы джаз-модерн танца*

### 5.1 Разминка

- упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «деми плие» по II позиции, руки от плеч поднимаются вверх-вниз.
- наклоны: в сторону (рука над головой); вперед (руки в положении «мельница»).
- упражнения для ног: вперед; по диагонали; в сторону на  $90^0$  (влево и вправо).

### 5.2 Изоляция

- голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево;
- плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; твист плеч;
- грудная клетка: движение из сторон в сторону;
- таз (бедра): движение из стороны в сторону; hip lift;
- руки: движения прямыми руками вверх-вниз; круговые движения «локомотор»; движения с согнутыми локтями;
- ноги: движения стопы (релевэ); позиция ног – I параллельная, I аут, II параллельная, II аут.

### 5.3 Кросс. Передвижение в пространстве

- шаги: шаг на месте; шаг в сторону с приставкой;
- прыжки: по I параллельной; из I-ой во II параллельную.

## **VI Раздел «Партерный экзерсис»**

Теория: Включает в себя упражнения для развития тела, усложненные комбинации партерного экзерсиса и большая часть работы отводится упражнениям системы стретчинга.

Практика: Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса; Упражнения на улучшение гибкости позвоночника; Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов; Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы; Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага; Упражнения системы стретчинга.

## **VII Раздел «Танцевальная импровизация»**

Этюды-фантазии. Упражнения для развития творческого воображения.

## **VIII Раздел «Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность»**

Постановка, разучивание, отработка танцевальных композиций.

## **IX Раздел «Сводные репетиции ансамбля»**

Обучающие посещают сводные репетиции ансамбля. Подготовка к отчетным концертам, конкурсам и фестивалям, мероприятиям различного уровня; постановка и отработка массовых номеров.

## **VI год обучения**

### **I раздел «Организационный»**

*Вводное занятие.* Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях в учреждении дополнительного образования; введение поклона в начале и конце занятия.

### **II Раздел «Музыкально-ритмическое воспитание»**

Практика: ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали.

### **III Раздел «Элементы классического танца»**

На данном этапе обучения продолжается работа над развитием устойчивости на п/п, силы стопы путём увеличения количества пройденных движений. Наряду с этим вводится более сложная координация движений за счёт усложнения учебных комбинаций. Тщательно проучиваются прыжки с приземлением на одну ногу и техника поворотов на двух ногах. Теория. Терминология. Правила исполнения трудноусвояемых упражнений у станка и на середине зала (по выбору педагога).

Практика:

#### *3.1 Экзерсис у станка.*

- Battement tendu double;
- Battements frappes и double frappes на п/п;
- Petits battements sur le cou – de – pied;
- Battements releles lents на 90 градусов;
- Battements developpes passes со всех направлениях;
- Grand battements jetes.

#### *3.2 Экзерсис на середине зала*

- Повторение;
- Battements releles lents et battements developpes на 90 градусов en face;
- V port de bras упражнения для рук;
- IV arabesque;
- Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на п/п и с demi-plie);
- Вращение на двух ногах в V позиции на п/п на месте;

#### *3.3. ALLEGRO*

- Pas glissade;
- Pas coupe;
- pas jetes en face.

## **IV Раздел «Элементы народно-характерного танца»**

Теория. Вводятся больше разнообразных ритмических рисунков, более сложные танцевальные комбинации, направленные на развитие выразительности исполнения.

Практика:

#### 4.1 Упражнения у станка

- Приседания резкие и плавные по 1 –ой, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой позиции;
- Скольжение стопой по полу (*battements tendus*) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги;
- Маленькие броски (*battements tendus jetes*): а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад б) с одновременным ударом каблук опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад;
- Повороты стопы (*pas tortille*): а) одинарные б) двойные
- Каблучные упражнения: а) проскальзывание работающей ноги на пятку б) вынесение работающей ноги на пятку;

#### 4.2 Русский народный танец. Элементы танца

- Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол. Боковые перескоки с ударом каблук вперед стоящей ноги;
- «Моталочка»: а) с задеванием пола каблук б) с акцентом на всю стопу;
- Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад;
- Дроби: Дробь - притопы; Дробь с притопами по шестой позиции; Дробь с поворотом;
- Вращения: С движением «молоточки»; С движением «м » и «моталочка»;

### У Раздел «Элементы современной эстрадной хореографии»

Теория: Беседа о современных стилях и направлениях. Продолжается изучение основ джаз-модерн танца. Обучающиеся осваивают понятия: координация, уровни, эластичность мышц; Выполняют экзерсис на середине зала, упражнения для позвоночника, координация двух центров. Изоляция и координация – как основа для познания и развития своих танцевальных и физических способностей.

Практика: *Основы джаз-модерн танца*

#### 5.1 Разминка

- шаги «крестом» с рукой, с упражнением плечами;
- махи на 90° с наклоном по диагонали;
- упражнения руками с шагами через деми плие по II позиции и скрещением рук перед собой; повороты в сторону с упражнением для ног;
- наклоны вперед: в положении ног «выпад»; в VI позиции ног (руки сзади в замке); ноги в положении «полушпагат»;
- упражнение ногами: вперед; по диагонали; в сторону.

#### 5.2 Изоляция

- голова: крест; квадрат; полукруг; *sundari* вперед-назад-вправо-влево;
- плечи: вверх-вниз, вперед-назад; твист; круг, полукруги;

- грудная клетка: вперед-назад; вправо-влево; подъем вверх;
- таз: крест; квадрат; полукруги; круги; hip lift;
- различные упражнения с вытянутыми руками и с согнутыми в локтях (круговые, прямые, отрывистые движения);
- Упражнения для позвоночника
- наклоны торса (во все стороны); твист торса.

### *5.3 Кросс. Передвижение в пространстве*

- шаги: Flat step; Catch step;
- прыжки: с двух ног на две (jump); с одной на другую с продвижением (leap); с одной ноги на ту же ногу (hop); с двух ног на одну.
- вращения: на двух ногах; на одной ноге;

## **VI Раздел «Партерный экзерсис»**

Теория: Большая часть работы отводится упражнениям системы стретчинга.

Практика. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава; Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса; Упражнения на улучшение гибкости позвоночника; Упражнения системы стретчинга.

## **VII Раздел «Танцевальная импровизация»**

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

## **VIII Раздел «Постановочная, репетиционная работа. Концертная деятельность»**

Постановка и отработка танцевальных композиций, концертная деятельность, участие в конкурсах и фестивалях.

## **IX Раздел «Сводные репетиции ансамбля»**

Подготовка к отчетным концертам, конкурсам и фестивалям, мероприятиям различного уровня; постановка и отработка массовых номеров.

#### **IV. Методическое обеспечение**

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы хореографического ансамбля «Ритм» – процесс её оснащения необходимыми методическими средствами и информацией, способствующими эффективному осуществлению или реализации представленной деятельности.

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы хореографического ансамбля «Ритм» предполагает:

- систематическую работу с литературой научно-методического характера в области педагогики, хореографии, психологии и других научных областях;
- поиск эффективных методов и образовательных технологий;
- работу в области педагогического проектирования, психолого-педагогической диагностики, поисковых методов обучения и воспитания в дополнительном образовании детей, эффективных педагогических технологий;
- систематизацию накопленных методических материалов (каталоги, тематические папки, картотеки, сборники педагогических ситуаций и задач и др.).

Методическое обеспечение как система действий по программе включает:

- информационно-методическое просвещение и оснащение соответствующей деятельности;
- моделирование желаемого облика системы;
- конструирование путей развития деятельности;
- продуктивную работу, стимулирование педагогического поиска;
- апробирование и внедрение новых элементов, обеспечивающих результативность, оперативную методическую помощь участникам программы;
- мониторинг состояния и результатов деятельности;
- педагогическую коррекцию и профилактику ошибок.

Критерии отбора материалов для методического обеспечения деятельности:

- актуальность;
- возможность применения на практике;
- новизна.

Собственно методическое обеспечение в рамках программы представлено:

- данной дополнительной образовательной программой;
- составлением методических рекомендаций для проведения учебных занятий;
- взаимопосещением учебных занятий участников программы с целью изучения педагогического опыта;
- организационно-методической работой по заданиям вышестоящих органов управления;
- диагностическими методиками входного и выходного контроля в процессе реализации программы;
- диагностическими методиками педагогического анализа самого образовательного процесса;

Занятия хореографией делятся на несколько *типов*:

1. *Обучающие занятия.*

На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и

разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения, проводится наглядный показ. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

2. *Закрепляющие занятия.*

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

3. *Итоговые занятия.*

Дети практически самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять все заученные движения и танцевальные комбинации.

4. *Импровизационная работа.*

На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют этюд, мини-композицию на тему, данную им педагогом. Такие типы занятий развивают воображение. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

5. *Репетиционно - постановочная работа.*

На данных занятиях происходит отработка сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

## ***Методы обучения***

В данной программе применяются как традиционные так и новые методы обучения.

Методы *наглядного восприятия* способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися материала, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К ним можно отнести показ упражнений, демонстрацию плакатов, видеофильмов, рисунков, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

*Словесный метод* – универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи, раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы хореографической грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приемов использования словесного метода:

рассказ, беседа, объяснения, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

*Практические методы* основаны на активной деятельности самих детей. Это метод целостного освоения упражнений, движений, метод обучения посредством дробления их, а также игровой метод.

*Метод целостного освоения упражнений* широко применяется на раннем этапе освоения программы, что объясняется относительной доступностью упражнений. Использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы полученной ранее (двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные упражнения).

*Метод дробления* широко используется для освоения самых разных движений и композиций. Этот метод применяется также при изучении сложных движений.

*Игровой метод* обучения используют при проведении музыкально-ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества детей между собой и повышении ответственности каждого за достижение определенного результата. Игровой метод повышает эмоциональность обучения и применяется на всех трех ступенях обучения.

*Метод КТД*, когда дети включаются в коллективную творческую деятельность (участие в конкурсах, отчетных концертах, праздниках), где они сами создают свои творческие хореографические композиции, капустники.

### ***Наглядно-дидактическое обеспечение***

- картины, иллюстраций с изображением танцоров, танцевальных элементов, костюмов;
- видеозаписи танцевальных номеров, концертов.

### ***Материально-техническое обеспечение***

- наличие танцевального зала;
- оборудование зала: станки, зеркала, раздевалка, комната для преподавателей, костюмерная;
- техническое оснащение: музыкальный центр, фортепиано, диски с фонограммами, скакалки, гимнастические коврики;
- оформление концертных номеров: изготовление костюмов в соответствии с репертуаром, бутафория.

## V. Мониторинг результатов обучения.

### Мониторинг результатов обучения ребенка в процессе реализации дополнительной образовательной программы «Хореография»

#### *Пояснительная записка*

С целью определения уровня усвоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса в хореографическом ансамбле «Ритм» проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточная и итоговая аттестации.

*Первичная диагностика* проводится в начале учебного года, в сентябре, у первого года обучения. Цель: определение общего уровня развития ребенка и его склонности к занятиям хореографией. Далее, итоговая аттестация каждого года обучения является первичной диагностикой последующего года обучения.

*Промежуточный контроль* осуществляется по итогам первого полугодия в ноябре-декабре, задачами являются выявить уровень освоения учащимися программы, определить изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Оценивается правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части. *Форма контроля* – открытое контрольное занятие.

*Итоговой годовой контроль* проходит в конце учебного года (апрель – май) служит для выявления уровня освоения учащимися программы за год, изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. В ходе итогового годового контроля оценивается: правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части; творческий подход, артистичность. *Формой контроля* является контрольный урок. Результаты педагогического мониторинга оцениваются по 10-ти бальной системе и фиксируются в сводных таблицах.

С третьего года обучения проводится анкетирование-самооценка «Роль танца в жизни обучающегося» в начале и конце учебного года как воспитательный компонент образовательного результата.

(самооценка проводится по 10-бальной шкале)

№	Критерии	Октябрь	Май
1	Помогает в учебе	10	10
2	Мешает в учебе	-	-
3	Развивает способности	9	10
4	Помогает познавать страну, мир	6	8
5	Раскрепощает, делает более уверенным	9	10
	ИТОГО	34	38

**Оценочная шкала:**



«-» - критерий отсутствует

1-2 – критерий формально присутствует

3-4 – критерий проявляется на уровне отдельных образцов

5-6 – критерий проявляется часто

7-8 – критерий проявляется почти всегда

9-10 – критерий проявляется в полном объеме.

### **3-ий год обучения**

#### ***Промежуточная аттестация***

**Цель:** выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям; изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

#### **Задачи:**

- ☐ определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- ☐ определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

**Срок проведения:** ноябрь-декабрь.

**Форма проведения:** контрольный урок.

#### ***Содержание***

#### **Теоретическая часть:**

- ☐ правила исполнения основных движений классического танца (Battlement frappe, developer, grand battement jete); сложные элементы партерной гимнастики.

#### **Практическая часть:**

- ☐ исполнение основных упражнений классической хореографии, (Battlement frappe, developer, grand battement jete);
- ☐ исполнение элементов партерной гимнастики;
- ☐ исполнение комплекса упражнений для отдельных групп мышц;
- ☐ умение использовать элементы актерской выразительности;
- ☐ исполнение танцевальных комбинаций;
- ☐ участие в концертной деятельности;

- ☐ участие в конкурсной деятельности;

### ***Критерии оценки***

*Низкий уровень* (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не выполняет упражнения классической хореографии, держась за станок одной рукой, не выполняет сложные элементы партерной гимнастики и танцевальные связки повышенной сложности.

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, умеет выполнять упражнения классической хореографии, умеет выполнять сложные элементы партерной гимнастики и танцевальные связки повышенной сложности, но допускает не точности.

*Высокий уровень* (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала и практических навыков, умений данного этапа обучения.

## **Итоговая аттестация**

**Цель:** выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы; изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

### **Задачи:**

- ☐ определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами третьего года обучения;
- ☐ выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- ☐ определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- ☐ анализ полноты реализации программы третьего года обучения.

**Срок проведения:** конец апреля — начало мая.

**Форма проведения:** контрольный урок.

## ***Содержание***

### **Теоретическая часть:**

- ☐ специальная французская терминология;
- ☐ сложные элементы партерной гимнастики;
- ☐ правила исполнения основных движений классического танца (demi plie, battemeht tendus, passé, releve, grand dattement jete, прыжки (echappe, assemble, jete)).

### **Практическая часть:**

☐ исполнение упражнений классической хореографии, (demi plie, battement tendus, passé, releve, grand battement jete);

☐ исполнение прыжков классической хореографии на середине зала (echarpe, changement de pieds, Pas assemble);

исполнение сложных элементов партерной гимнастики;

☐ исполнение комплекса упражнений для отдельных групп мышц;

☐ исполнение танцевальных комбинаций народного танца;

☐ применение элементов актерской выразительности;

☐ участие в концертной деятельности;

☐ участие в конкурсной деятельности;

### **Критерии оценки:**

*Низкий уровень* (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее ½ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Не участвует в концертной и конкурсной деятельности.

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Освоил не весь репертуар ансамбля, соответственно редко принимает участие в концертной и конкурсной деятельности.

*Высокий уровень* (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Уверенно знает весь репертуар данного года обучения, стабильно принимает участие в концертной и конкурсной деятельности.

## **4-й год обучения**

### ***Промежуточная аттестация***

**Цель:** выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям; изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

#### **Задачи:**

☐ определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;

- ☐ определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

**Срок проведения:** ноябрь-декабрь.

**Форма проведения:** контрольный урок.

### ***Содержание***

#### **Теоретическая часть:**

- ☐ терминология;
- ☐ особенности выполнения упражнений для развития тела, упражнений партерного экзерсиса и упражнений системы стретчинга;
- ☐ Приемы импровизации;

#### **Практическая часть:**

- ☐ ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали;
- ☐ исполнение основных элементов классического, народного танцев и современного танцев в соответствии с программой;
- ☐ выполнение несложных комбинаций из нескольких элементов;
- ☐ исполнение упражнений комплекса партерной гимнастики;
- ☐ свободная импровизация обучающихся под музыкальные композиции;
- ☐ участие в концертной деятельности;
- ☐ участие в конкурсной деятельности;

#### **Критерии оценки**

*Низкий уровень* (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не выполняет упражнения классической хореографии, не выполняет сложные элементы партерной гимнастики и танцевальные комбинации повышенной сложности.

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, умеет выполнять упражнения классической хореографии, умеет выполнять сложные элементы партерной гимнастики и танцевальные комбинации повышенной сложности, но допускает не точности.

*Высокий уровень* (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала и практических навыков, умений данного этапа обучения

### **Итоговая аттестация**

**Цель:** выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы; изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

**Задачи:**

- ☐ определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами четвертого года обучения;
- ☐ выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- ☐ определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- ☐ анализ полноты реализации программы четвертого года обучения;

**Срок проведения:** конец апреля – начало мая.

**Форма проведения:** контрольный урок.

### ***Содержание***

**Теоретическая часть:**

- ☐ терминология;
- ☐ особенности выполнения упражнений для развития тела, упражнений партерного экзерсиса и упражнений системы стретчинга;
- ☐ характерные признаки современного танца (ритмичность, динамику, колоритность, совершенную свободу и координацию всех частей тела, возможность импровизации)
- ☐ приемы импровизации;

**Практическая часть:**

- ☐ ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали;
- ☐ исполнение основных элементов классического и народного танцев, в соответствии с программой;
- ☐ выполнение несложных комбинаций из нескольких элементов;
- ☐ исполнение упражнений комплекса партерной гимнастики;
- ☐ свободная импровизация обучающихся под музыкальные композиции;
- ☐ участие в концертной деятельности;
- ☐ участие в конкурсной деятельности;

**Критерии оценки**

*Низкий уровень* (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее ½ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Не участвует в концертной и конкурсной деятельности.

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Освоил не весь репертуар ансамбля, соответственно редко принимает участие в концертной и конкурсной деятельности.

*Высокий уровень* (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой.

## **5-й год обучения**

### ***Промежуточная аттестация***

**Цель:** выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям; изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

**Задачи:**

- ☐ определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- ☐ определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

**Срок проведения:** ноябрь-декабрь.

**Форма проведения:** контрольный урок.

### ***Содержание***

**Теоретическая часть:**

- ☐ название танцевальных элементов, соответствующих программе;
- ☐ основные элементы классического, народного, историко-бытового танцев, соответствующие программе;
- ☐ понятия джаз-модерн танца: гибкость, устойчивость, изоляция, контракшн, релиз;
- ☐ упражнения для развития тела, усложненные комбинации партерного экзерсиса;

**Практическая часть:**

- ☐ основные позиции рук и ног, изолированная работа всех центров.
- ☐ движения изученных комплексов партерной гимнастики;

- ☐ импровизировать на заданную музыку и тему;
- ☐ выразительно исполнять танцевальные композиции из репертуара ансамбля;
- ☐ правильное выполнение основных элементов классического, народного, историко-бытового танцев и джаз-модерн танца;
- ☐ участие в концертной деятельности;
- ☐ участие в конкурсной деятельности;

### **Критерии оценки**

*Низкий уровень* (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не выполняет упражнения классической хореографии, не выполняет сложные элементы партерной гимнастики и танцевальные комбинации повышенной сложности; не умеет импровизировать под музыкальные композиции;

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, умеет выполнять упражнения классической, народной хореографии, умеет выполнять сложные элементы партерной гимнастики и танцевальные комбинации повышенной сложности, но допускает не точности; импровизация под музыкальные композиции выполняется зажато;

*Высокий уровень* (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала и практических навыков, умений данного этапа обучения; импровизирует под музыкальные композиции без стеснения, используя богатую лексику.

### **Итоговая аттестация**

**Цель:** выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы; изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

#### **Задачи:**

- ☐ определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами пятого года обучения;
- ☐ выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- ☐ определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- ☐ анализ полноты реализации программы пятого года обучения;

**Срок проведения:** конец апреля – начало мая.

**Форма проведения:** контрольный урок.

## ***Содержание***

### **Теоретическая часть:**

- ☐ название танцевальных элементов, соответствующих программе;
- ☐ основные элементы классического, народного, историко-бытового танцев, соответствующие программе;
- ☐ понятия джаз-модерн танца: гибкость, устойчивость, изоляция, контракшн, релиз;
- ☐ упражнения для развития тела, усложненные комбинации партерного экзерсиса;

### **Практическая часть:**

- ☐ основные позиции рук и ног, изолированная работа всех центров.
- ☐ движения изученных комплексов партерной гимнастики;
- ☐ импровизировать на заданную музыку и тему;
- ☐ выразительно исполнять танцевальные композиции из репертуара ансамбля;
- ☐ правильное выполнение основных элементов классического, народного, историко-бытового танцев и джаз-модерн танца;
- ☐ участие в концертной деятельности;
- ☐ участие в конкурсной деятельности;

### **Критерии оценки**

*Низкий уровень* (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее ½ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Не участвует в концертной и конкурсной деятельности.

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Освоил не весь репертуар ансамбля, соответственно редко принимает участие в концертной и конкурсной деятельности.

*Высокий уровень* (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Уверенно знает весь репертуар данного года обучения, стабильно принимает участие в концертной и конкурсной деятельности.

## **6-й год обучения**

### ***Промежуточная аттестация***



**Цель:** выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям; изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

**Задачи:**

- ☐ определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- ☐ определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

**Срок проведения:** ноябрь-декабрь.

**Форма проведения:** контрольный урок.

### ***Содержание***

**Теоретическая часть:**

- ☐ название танцевальных элементов, соответствующих программе;
- ☐ основные элементы классического и народного танцев, соответствующие программе;
- ☐ понятия: координация, уровни, эластичность мышц;
- ☐ движения изученных комплексов партерной гимнастики;

**Практическая часть:**

- ☐ правильно выполнять элементы современного танца: экзерсис на середине зала, упражнения для позвоночника, координация двух центров;
- ☐ импровизировать на заданную музыку и тему;
- ☐ выразительно исполнять танцевальные композиции из репертуара ансамбля;
- ☐ иметь навыки концертной деятельности.

**Критерии оценки:**

*Низкий уровень* (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не выполняет упражнения классической хореографии, не выполняет сложные элементы партерной гимнастики и танцевальные комбинации повышенной сложности; не умеет импровизировать под музыкальные композиции;

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, умеет выполнять упражнения классической, народной и современной хореографии, умеет выполнять сложные элементы партерной гимнастики и танцевальные комбинации повышенной сложности, но допускает не точности; импровизация под музыкальные композиции выполняется зажато.

*Высокий уровень* (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала и практических навыков, умений данного этапа обучения; импровизирует под музыкальные композиции без стеснения, используя богатую лексику.

### **Итоговая аттестация**

**Цель:** выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы; изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения.

#### **Задачи:**

- ☐ определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами шестого года обучения;
- ☐ выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- ☐ определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- ☐ анализ полноты реализации программы шестого года обучения;

**Срок проведения:** конец апреля — начало мая.

**Форма проведения:** контрольный урок.

### ***Содержание:***

#### **Теоретическая часть:**

- ☐ название танцевальных элементов, соответствующих программе;
- ☐ основные элементы классического и народного танцев, соответствующие программе;
- ☐ понятия: координация, уровни, эластичность мышц;
- ☐ движения изученных комплексов партерной гимнастики;

#### **Практическая часть:**

- ☐ правильно выполнять элементы современного танца: экзерсис на середине зала, упражнения для позвоночника, координация двух центров;
- ☐ импровизировать на заданную музыку и тему;
- ☐ выразительно исполнять танцевальные композиции из репертуара ансамбля;
- ☐ участие в концертной деятельности;
- ☐ участие в конкурсной деятельности.

## Критерии оценки

*Низкий уровень* (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее  $\frac{1}{2}$  объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Не участвует в концертной и конкурсной деятельности.

*Средний уровень* (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее  $\frac{1}{2}$  объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Освоил не весь репертуар ансамбля, соответственно редко принимает участие в концертной и конкурсной деятельности.

*Высокий уровень* (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Уверенно знает весь репертуар данного года обучения, стабильно принимает участие в концертной и конкурсной деятельности.

**Мониторинг результатов обучения ребенка в процессе реализации дополнительной образовательной программы «Хореография»**

№	Ф. И.	Г/О	Теоретическая подготовка		Практическая подготовка					
			Соответствие теоретических знаний программным требованиям	Владение спец. терминологией	Классический танец	Народный танец	Современный танец	Танцевальная импровизация	Освоение репертуара	Участие в хореогр. конкурсах
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

Педагог:

\_\_\_\_\_ Учебный год \_\_\_\_\_

Уровень достижений: Н – низкий; С – средний; В – высокий;

## VI. Список литературы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – М., 1964.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии – М.: Айрис Пресс, 2000.
3. Богаткова Л.Н. Танцы разных народов. – М., 1958.
4. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах: Методические рекомендации. – М., 1982.
5. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев: Музична Украина, 1985.
6. Ваганова Н. Я. Основы классического танца – СПб, 2000.
7. Гущина Т.Н. Знакомьтесь: педагогическая студия // Внешкольник. – Ярославль. – 1996. - № 2. – Стр.15.
8. Журкина А.Я. Воспитательный потенциал дополнительного образования // Дополнительное образование. – 2000. - № 9.
9. Историко-бытовой танец. Методика его преподавания: Сборник тестовых заданий – Самара, 2004.
10. Игры: обучение, тренинг, досуг /Под ред. В.В. Петрушинского. – М.: Новая школа, 1994.
11. Константиновский В.С. Мир танца. – М.: Молодая гвардия, 1973.
12. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – Л., 1994.
13. Кудрявцева Н.Ю. Дополнительная образовательная программа Образцового ансамбля танца «Надежда». С любовью к России: возрастной состав обучающихся 7 лет: срок реализации 7 лет, Муниципальное Образовательное учреждение дополнительного образования детей Дом дет. Творчества. – М.: Век информ., 2013. – 88с.
13. Ляшко Т.В. Развивающие технологии в дополнительном образовании // Дополнительные образования. – 2000. - № 2.
14. Мирный В. И. хореографическая композиция. – Самара, 2003.
15. Настюков Г.А. Сюжетный танец. – М.: Из-во ВЦСПС, 1960.
16. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. – М.: Издательство «ГИТИС», 2000.
17. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М.: Тера спорт, 2000.
18. Руднева С.Э. Музыкальное движение: Методическое пособие. – М., 1972.
19. Сборник авторских образовательных программ – лауреатов III Всероссийского конкурса (для системы дополнительного образования детей) /Сост. А.К.Бруднов, А.В.Егорова, А.А.Коц. – М., 1999.
20. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992.
21. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М., 1975.
22. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы. – М., 1996.
23. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Са-фи-дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб: «ДЕТСТВО ПРЕСС», 2003.
24. Хуторской А. В. Как обучать творчеству? //Дополнительное образование. – 2001. - № 1.

25. Шамина Л. Работа с самодеятельным коллективом. – М.: Музыка, 1983.
26. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу./ Издательский дом «Один из лучших». – Москва, 2008.

## Календарный учебный график

**Педагог: Крылова Д.Н.**

**V год обучения**

№	Дата занятия	Время занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведе- ния	Форма контроля
1	2.09	15.00- 16.30	Чаепитие	2	Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях в учреждении дополнительного образования; Введение поклона в начале и конце занятия.	4 этаж	Просмотр
2	5.09	15.00- 16.30	Беседа	2	Беседа «Гигиена в жизни и на сцене», «Сценический макияж»	4 этаж	Просмотр анализ
3	6.09	15.30 – 17.00	Занятие- практикум	2	Ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали.	4 этаж	Просмотр анализ
4	09.09	15.00- 16.30	Занятие- практикум	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;	4 этаж	Просмотр анализ
5	12.09	15.00- 16.30	Занятие- практикум	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	4 этаж	Просмотр анализ
6	13.09	15.30 – 17.00	Занятие- практикум	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	4 этаж	Просмотр анализ
7	16.09	15.00- 16.30	Занятие- игра	2	Этюды-фантазии.	4 этаж	Просмотр анализ
8	19.09	15.00- 16.30	Занятие- практикум	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	4 этаж	Просмотр анализ
9	20.09	15.30 – 17.00	Занятие- практикум	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	4 этаж	Просмотр анализ

10	23.09	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Упражнения для развития выворотности ног и танцевал. шага	4 этаж	Просмотр анализ
11	26.09	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Упражнения системы стретчинга.	4 этаж	Просмотр анализ
12	29.09	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;	4 этаж	Просмотр анализ
13	30.09	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
14	7.10	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. Battement tendu double	4 этаж	Просмотр анализ
15	10.10	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Маленькие броски (battementstendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (муз. разм. 2/4, 6/8)	4 этаж	Просмотр анализ
16	11.10	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии	4 этаж	Просмотр анализ
17	14.10	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. battement sotenu	4 этаж	Просмотр анализ
18	17.10	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Маленькие броски (battementstendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (муз. разм. 2/4, 6/8)	4 этаж	Просмотр анализ
19	18.10	15.30 – 17.00	Репетиционная работа	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
20	21.10	15.00-	Занятие-	2	Элементы классического	4 этаж	Просмотр



		16.30	практикум		танца. Экзерсис у станка. Battement frappe во всех направлениях		анализ
21	24.10	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Приседания резкие и плавные по 1-ой, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой позиции	4 этаж	Просмотр анализ
22	25.10	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Этюды-фантазии.	4 этаж	Просмотр анализ
23	28.10	15.00-16.30	Мастер-класс	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. Battement fondu	4 этаж	Просмотр анализ
24	31.10	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Приседания резкие и плавные по 1-ой, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой позиции	4 этаж	Просмотр анализ
25	01.11	15.30-17.00	Репетиционная работа	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
26	4.11	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Не рабочий , праздничный день	4 этаж	Просмотр анализ
27	7.11	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. Rond de jambe en l air en dehors, en dedans	4 этаж	Просмотр анализ
28	8.11	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Круговое скольжение по полу	4 этаж	Просмотр анализ
29	11.11	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. Pas de burre в повороте	4 этаж	Просмотр анализ
30	14.11	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Круговое скольжение по полу	4 этаж	Просмотр анализ

31	15.11	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Повторение и закрепление элементов историко-бытового танца.	4 этаж	Просмотр анализ
32	18.11	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. Battement tendu jete pique	4 этаж	Просмотр анализ
33	21.11	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца.	4 этаж	Просмотр анализ
34	22.11	15.30 – 17.00	Репетиционная работа	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
35	25.11	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. Rond de jambe en l air en dehors, en dedans	4 этаж	Просмотр анализ
36	28.11	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно	4 этаж	Просмотр анализ
37	29.11	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Элементы современного танца. Разминка. Упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «деми плие» по II позиции, руки от плеч поднимаются вверх-вниз.	4 этаж	Просмотр анализ
38	02.12	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Сводная репетиция ансамбля	4 этаж	Просмотр анализ
39	5.12	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. Pas de burle в повороте	4 этаж	Просмотр анализ
40	6.12	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Каблучные с перескоком и переступанием.	4 этаж	Просмотр анализ

41	9.12	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис у станка. Battement frappe во всех направлениях	4 этаж	Просмотр анализ
42	12.12	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
43	13.12	15.30 – 17.00	Занятие-игра	2	Разминка. упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «деми плие» по II позиции, руки от плеч поднимаются вверх-вниз.	4 этаж	Просмотр анализ
44	16.12	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис на середине зала. IV Port de bras упражнения для рук	4 этаж	Просмотр анализ
45	19.12	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Низкие и высокие развороты ноги; большие броски.	4 этаж	Просмотр анализ
46	20.12	15.30 – 17.00	Контрольный урок	2	Постановочная, репетиционная работа.  Мониторинг результатов обучения	4 этаж	Контрольный урок
47	23.12	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис на середине зала. Позы ecartee назад и вперед	4 этаж	Просмотр анализ
48	26.12	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. На середине зала. «Ключ» с двойной дробью.	4 этаж	Просмотр анализ
49	27.12	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Эл. Соврм. Танца. Разминка. наклоны: в сторону (рука над головой); вперед (руки в положении «мельница»).	4 этаж	Просмотр анализ
50	30.12	15.00-	Репетицион	2	Сводная репетиция ансамбля	4 этаж	Просмотр

		16.30	ная работа				анализ
51	10.01	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис на середине зала. Позы ecartee назад и вперед	4 этаж	Контрольный урок
52	13.01	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. На середине зала. Подбивка «Голубец»: а) на месте. б) с двумя переступаниями.	4 этаж	Просмотр анализ
53	16.01.	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	4 этаж	Просмотр анализ
54	17.01	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	4 этаж	Просмотр анализ
55	20.01	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Упражнения на улучшение гибкости коленных суставов	4 этаж	Просмотр анализ
56	23.01	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Упражнения системы стретчинга	4 этаж	Просмотр анализ
57	24.01	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы	4 этаж	Просмотр анализ
58	27.01	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
59	30.01	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Сводная репетиция ансамбля	4 этаж	Просмотр анализ
60	31.01	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис на середине зала Battement tendu с V позиции	4 этаж	Просмотр анализ
61	03.02	15.00-16.30	Занятие-соревнование	2	Элементы народно-характерного танца. На середине. «Моталочка» в комбинации.	4 этаж	Просмотр анализ

62	06.02	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис на середине зала Rond de jambe par terre en tournant	4 этаж	Просмотр анализ
63	7.02	15.30 – 17.00	Репетиционная работа	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
64	10.02	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. На середине. «Ковырялочка» в комбинации	4 этаж	Просмотр анализ
65	13.02	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Экзерсис на середине зала Pas de burre en dehors	4 этаж	Просмотр анализ
66	14.02	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. «Молоточки» двойные в комбинации	4 этаж	Просмотр анализ
67	17.02	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Этюды-фантазии.	4 этаж	Просмотр анализ
68	20.02	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Классические позы: I ,II, III arabesque	4 этаж	Просмотр анализ
69	21.02	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Вращения по 6 позиции на месте.	4 этаж	Просмотр анализ
70	24.02	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
71	27.02	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Сводная репетиция ансамбля	4 этаж	Просмотр анализ
72	28.02	15.30 – 17.00	Репетиционная работа	2	Сводная репетиция ансамбля		
73	25.02	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Классические позы: I ,II, III arabesque	4 этаж	Просмотр анализ

74	28.02	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы современного танца. Разминка. упражнения для ног: вперед; по диагонали; в сторону на 90° (влево и вправо).	4 этаж	Просмотр анализ
75	2.03	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. Вращения по диагонали	4 этаж	Просмотр анализ
76	5.03	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Вращения по диагонали (бег, перескок).	4 этаж	Просмотр анализ
77	6.03	15.30 – 17.00	Репетиционная работа	2	Изоляция. голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево	4 этаж	Просмотр анализ
78	9.03	15.00-16.30	Занятие-практикум		Сводная репетиция ансамбля	4 этаж	
79	12.03	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии	4 этаж	Просмотр анализ
80	13.03	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
81	16.03	15.00-16.30	Занятие-практикум Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. <i>Allegro Pas assemble</i>	4 этаж	Просмотр анализ
82	19.03	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Элементы народно-характерного танца. Украинский народный танец. Элементы танца Позиции и положения ног. Позиции и положения рук.  Положения рук в парном и массовом танце	4 этаж	Просмотр анализ
83	20.03	15.30 – 17.00	Занятие-игра	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
84	23.03	15.00-	Занятие-	2	Элементы классического	4 этаж	Просмотр

		16.30	практикум		танца. <i>Allegro. Sissonne fermee</i>		анализ
85	26.03	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Элементы народно-характерного танца. Украинский народный танец. Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками.	4 этаж	Просмотр анализ
86	27.03	15.30 – 17.00	Репетиционная работа	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
87	30.03	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Сводная репетиция ансамбля	4 этаж	Просмотр анализ
88	2.04	15.00 – 16.30	Занятие-практикум	2	Изоляция. плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; твист плеч.	4 этаж	Просмотр анализ
89	3.04	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Изоляция. грудная клетка: движение из сторон в сторону	4 этаж	Просмотр анализ
90	6.04	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. <i>Allegro. Sissonne simple</i>	4 этаж	Просмотр анализ
91	9.04	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Элементы народно-характерного танца. Вращения по диагонали (бег, перескок).	4 этаж	Просмотр анализ
92	10.04.	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
93	13.04	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Элементы классического танца. <i>Allegro</i>	4 этаж	Просмотр анализ
94	16.04	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
95	17.04	15.30 – 17.00	Репетиционная работа	2	Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии	4 этаж	Просмотр анализ

96	20.04	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Сводная репетиция ансамбля	4 этаж	Просмотр анализ
97	23.04	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Элементы классического танца. <i>Allegro</i>	4 этаж	Просмотр анализ
98	24.04	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Элементы народно-характерного танца. Вращения по диагонали (бег, перескок).	4 этаж	Просмотр анализ
99	27.04	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Изоляция. таз (бедра): движение из стороны в сторону; hip lift.	4 этаж	Просмотр анализ
100	30.04	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Сводная репетиция ансамбля	4 этаж	просмотр и анализ
101	1.05	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Не рабочий, праздничный день	4 этаж	Просмотр анализ
102	4.05	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Изоляция. ноги: движения стопы (релевэ); позиция ног – I параллельная, I аут, II параллельная, II аут	4 этаж	Просмотр анализ
103	7.05	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Элементы народно-характерного танца. Вращения по 6 позиции на месте.	4 этаж	Просмотр анализ
104	8.05	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Изоляция. руки: движения прямыми руками вверх-вниз; круговые движения «локомотор»; движения с согнутыми локтями.	4 этаж	Просмотр анализ
105	11.05	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
106	14.05	15.00-16.30	Репетиционная работа	2	Кросс. Передвижение в пространстве. шаги: шаг на месте; шаг в сторону с приставкой	4 этаж	Просмотр анализ
107	15.05	15.30 – 17.00	Занятие-практикум	2	Кросс. Передвижение в пространстве. прыжки: по I параллельной; из I-ой во II	4 этаж	Просмотр анализ



					параллельную.		
108	18.05	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Постановочная, репетиционная работа	4 этаж	Просмотр
109	21.05	15.00-16.30	Занятие-практикум	2	Кросс. Передвижение в пространстве. прыжки: по I параллельной; из I-ой во II параллельную.	4 этаж	Просмотр анализ
110	22.05	15.30 – 17.00	Контрольный урок	2	Мониторинг результатов обучения	4 этаж	Контрольный урок

## Календарный учебный график

Педагог – Крылова Д.Н.

VI год обучения

№	Дата занятия	Время занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	<b>3.09</b>	18.30-20.00	Чаепитие	2	Вводное занятие - Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях в учреждении дополнительного образования; Введение поклона в начале и конце занятия.	4 этаж	Просмотр Анализ выполн. задания
2	<b>6.09</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Ритмические и танцевальные комбинации по кругу и диагонали	4 этаж	Просмотр анализ
3	<b>10.09</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава	4 этаж	Просмотр анализ
4	<b>13.09</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса	4 этаж	Просмотр анализ
5	<b>17.09</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника	4 этаж	Просмотр анализ
6	<b>20.09</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	<i>Элементы классического танца</i> <i>Экзерсис у станка.</i> Battement tendu double	4 этаж	Просмотр анализ
7	<b>24.09</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battements frappes и double frappes на п/п;	4 этаж	Просмотр анализ
8	<b>27.09</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Petits battements sur le cou – de – pied;	4 этаж	Просмотр анализ
9	<b>01.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Petits battements sur le cou – de – pied;	4 этаж	Просмотр анализ
10	<b>4.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battements releves lents на 90 градусов;	4 этаж	Просмотр анализ
11	<b>8.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battements developpes passes со всех направлениях;	4 этаж	Просмотр анализ

2	<b>11.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Crاند battements jetes	4 этаж	Просмотр анализ
3	<b>15.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Pas de burre в повороте	4 этаж	Просмотр анализ
4	<b>18.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battement tendu double;	4 этаж	Просмотр анализ
5	<b>22.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battements frappes и double frappes на п/п;	4 этаж	Просмотр анализ
6	<b>25.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battements releles lents на 90 градусов;	4 этаж	Просмотр анализ
7	<b>29.10</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battements developpes passes со всех направлениях;	4 этаж	Просмотр анализ
8	<b>1.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Crاند battements jetes	4 этаж	Просмотр анализ
9	<b>5.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Pas de burre в повороте	4 этаж	Просмотр анализ
0	<b>8.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	<i>Экзерсис на середине зала</i> Повторение: Port de bras Позы ecartee	4 этаж	Просмотр анализ
1	<b>12.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battement tendu с V позиции Классические позы: 1,2,3 arabesque	4 этаж	Просмотр анализ
2	<b>15.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Battements releles lents et battements developpes на 90 градусов en face;	4 этаж	Просмотр анализ
3	<b>19.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	V port de bras упражнения для рук;	4 этаж	Просмотр анализ
4	<b>22.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	IV arabesque;	4 этаж	Просмотр анализ
5	<b>26.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на п/п и с demi-plie); Вращение на двух ногах в V позиции на п/п на месте;	4 этаж	Просмотр анализ
6	<b>29.11</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	<i>Элементы народного танца</i> <i>Упражнения у станка</i> Приседания резкие и	4 этаж	Просмотр анализ

					плавные по 1 –ой, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой позиции;		
7	<b>03.12</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Скольжение стопой по полу (battements tendus) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги;	4 этаж	Просмотр анализ
8	<b>6.12</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Маленькие броски (b attements tendus jetes): а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад;	4 этаж	Просмотр анализ
9	<b>10.12</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Повороты стопы (pas tortille): а) одинарные б) двойные	4 этаж	Просмотр анализ
0	<b>13.12</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Маленькие броски (b attements tendus jetes): а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад;	4 этаж	Просмотр анализ
1	<b>17.12</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Повороты стопы (pas tortille): а) одинарные б) двойные	4 этаж	Просмотр анализ
2	<b>20.12</b>	18.30-20.00	Занятие-	2	Каблучные упражнения: а)	4 этаж	Просмотр

			практикум		проскальзывание работающей ноги на пятку б) вынесение работающей ноги на пятку;		анализ
3	<b>24.12</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Упражнения для улучшения гибкости коленных суставов	4 этаж	Просмотр анализ
4	<b>27.12</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы	4 этаж	Просмотр анализ
5	<b>10.01</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	4 этаж	Просмотр анализ
6	<b>14.01</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Классические позы: 1,2,3 arabesque	4 этаж	Просмотр анализ
7	<b>17.01</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Этюды фантазии	4 этаж	Просмотр анализ
8	<b>21.01</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Battement tendu с V позиции	4 этаж	Просмотр анализ
9	<b>24.01</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Battements releves lents et battements developpes на 90 градусов en face;	4 этаж	Просмотр анализ
0	<b>28.01</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	V port de bras упражнения для рук;	4 этаж	Просмотр анализ
1	<b>31.01</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на п/п и с demi-plie); Вращение на двух ногах в V позиции на п/п на месте;	4 этаж	Просмотр анализ
2	<b>04.02</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	IV arabesque;	4 этаж	Просмотр анализ
3	<b>7.02</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	<b>ALLEGRO</b> Pas glissade; Pas coupe; pas jetes en face	4 этаж	Просмотр анализ
4	<b>11.02</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	Отработка дробей	4 этаж	Просмотр анализ
5	<b>14.02</b>	18.30- 20.00	Занятие- практикум	2	<b>Элементы народно- характерного танца</b> <b>Упражнения у станка</b> Приседания резкие и	4 этаж	Просмотр анализ

					плавные по 1 –ой, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой позиции;		
6	<b>18.02</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Скольжение стопой по полу (battements tendus) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги;	4 этаж	дифференцированный зачет, анализ, самоанализ
7	<b>21.02</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	<i>Элементы современной эстрадной хореографии</i> шаги «крестом» с рукой, с упражнением плечами;	4 этаж	Просмотр анализ
8	<b>25.02</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	махи на 90° с наклоном по диагонали;	4 этаж	Просмотр анализ
9	<b>28.02</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Упражнения руками с шагами через деми плие по II позиции и скрещением рук перед собой; повороты в сторону с упражнением для ног;	4 этаж	Просмотр анализ
0	<b>3.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	наклоны вперед: в положении ног «выпад»; в VI позиции ног (руки сзади в замке); ноги в положении «полушпагат»;	4 этаж	Просмотр анализ
1	<b>6.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	упражнение ногами: вперед; по диагонали; в сторону	4 этаж	Просмотр анализ
2	<b>10.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	<i>Изоляция</i> голова: крест; квадрат; полукруг; sundari вперед-назад-вправо-влево;	4 этаж	Просмотр анализ
3	<b>13.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Отработка упражнений системы стретчинга	4 этаж	Просмотр анализ
4	<b>17.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Отработка вращений	4 этаж	Просмотр анализ

5	<b>20.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	плечи: вверх-вниз, вперед-назад; твист; круг, полукруги;	4 этаж	Просмотр анализ
6	<b>24.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	грудная клетка: вперед-назад; вправо-влево; подъем вверх;	4 этаж	Просмотр анализ
7	<b>27.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	пелвис: крест; квадрат; полукруги; круги; hip lift;	4 этаж	Просмотр анализ
8	<b>31.03</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	различные упражнения с вытянутыми руками и с согнутыми в локтях (круговые, прямые, отрывистые движения);	4 этаж	Просмотр анализ
9	<b>3.04</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	<b>Кросс. Передвижение в пространстве</b> шаги: Flat step; Catch step;	4 этаж	Просмотр анализ
0	<b>7.04</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	прыжки: с двух ног на две (jump); с одной на другую с продвижением (leap); с одной ноги на ту же ногу (hop); с двух ног на одну.	4 этаж	Просмотр анализ
1	<b>10.04</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	наклоны торса (во все стороны); твист торса.	4 этаж	Просмотр анализ
2	<b>14.04</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	вращения: на двух ногах; на одной ноге;	4 этаж	Просмотр анализ
3	<b>17.04</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	голова: крест; квадрат; полукруг; sundari вперед-назад-вправо-влево;	4 этаж	Просмотр анализ
4	<b>21.04</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Отработка вращений на месте и в продвижении	4 этаж	Просмотр анализ
5	<b>24.04</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	плечи: вверх-вниз, вперед-назад; твист; круг, полукруги;	4 этаж	Просмотр анализ
6	<b>28.04</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	грудная клетка: вперед-назад; вправо-влево; подъем вверх;	4 этаж	Просмотр анализ

7	<b>01.05</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	пелвис: крест; квадрат; полукруги; круги; hip lift;	4 этаж	Просмотр анализ
8	<b>5.05</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	различные упражнения с вытянутыми руками и с согнутыми в локтях (круговые, прямые, отрывистые движения);	4 этаж	Просмотр анализ
9	<b>8.05</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	прыжки: с двух ног на две (jump); с одной на другую с продвижением (leap); с одной ноги на ту же ногу (hop); с двух ног на одну.	4 этаж	Просмотр анализ
0	<b>12.05</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	вращения: на двух ногах; на одной ноге;	4 этаж	Просмотр анализ
1	<b>15.05</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Отработка системы стрейчинга		
2	<b>19.05</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Отработка концертных номеров	4 этаж	Просмотр анализ
3	<b>22.05</b>	18.30-20.00	Занятие-практикум	2	Мониторинг результатов образовательной деятельности	4 этаж	Просмотр анализ

## Календарный учебный график

Педагог - Ведерникова Е.М.

### VI год обучения

№	Дата занятия	Время занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	3.09	19.00-20.00	Чаепитие	1	Вводное занятие, репетиционная работа повторение.	4 этаж	Просмотр Анализ
2	10.09	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
3	17.09	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
4	24.09	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
5	2.10	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
6	8.10	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ



7	15.10	19.00-20.00	Занятие-игра	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
8	22.10	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
9	29.10	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
10	5.11	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
11	12.11	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
12	19.11	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
13	26.11	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
14	3.12	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
15	10.12	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
16	17.12	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
17	24.12	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
18	31.12	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
19	14.01	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
20	21.01	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
21	28.01	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
22	4.02	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
23	11.02	19.00-20.00	Мастер-класс	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
24	18.02	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
25	25.02	19.00-20.00	Занятие-игра	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
26	3.03	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
27	10.03	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
28	17.03	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
29	24.03	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
30	31.03	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ
31	7.04	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
32	14.04	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Постановочная работа	4 этаж	Просмотр анализ

33	21.04	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
34	28.04	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
35	5.05	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ
36	12.05	19.00-20.00	Занятие-практикум	1	Репетиционная работа	4 этаж	Просмотр анализ

## Приложения

### 1. Организация работы ансамбля

Дополнительная образовательная программа рассчитана на разновозрастные группы, объединенные хореографическим ансамблем «Ритм». Занятия проводятся 3 раза в неделю со второго года обучения, (первый год обучения – 2 раза). Со второго полугодия проводится еженедельная сводная репетиция ансамбля, которую посещают обучающиеся с третьего года обучения. На них осуществляется постановка новых танцев и отработка концертных номеров, входящих в репертуар ансамбля.

Педагогическая практика показала, что продуктивней такой путь организации учебных занятий, когда основной материал программы изучается в первой половине учебного года. Сначала разучиваются движения в чистом виде и медленном темпе, затем в несложных сочетаниях. Во втором полугодии они даются в сложных сочетаниях с другими движениями, составляются танцевальные композиции, темп исполнения возрастает.

Каждая ступень обучения имеет свои специфические черты, свои сложности. Если в младших и средних возрастных группах закладывается фундамент классического танца, разучиваются основные его движения по принципу "от простого к сложному", вырабатывается выносливость, то в старших группах уделяется больше внимания на грамотность исполнения движений, изучаются более сложные движения в профессиональной, законченной форме. Большое внимание уделяется работе над музыкальностью и выразительностью их исполнения. Педагог выстраивает учебное занятие с учетом физических данных детей, чередует и распределяет физическую нагрузку на определенные группы мышц и связок, стремится к органическому сочетанию силовых и танцевальных движений.

Программа сочетает в себе тренировочные упражнения и танцевальные движения различных танцевальных видов и стилей, что позволяет развивать у обучающихся танцевальность. Она разделена на отдельные тематические блоки: музыкально-ритмическое воспитание, классический танец, народно-сценический, историко-бытовой, современный танец, партерная гимнастика, танцевальная импровизация, содержание которых меняется от года обучения.

В ансамбле «Ритм» сложились свои традиции, различные формы досуговой деятельности:

- Осенний праздник «Посвящение в танцоры»;
- «Новогодний огонек»;
- экскурсии-тренинги, посещения концертов различных детских и взрослых хореографических коллективов;
- «Дни именинников» в коллективе;
- Игровые программы;
- Итоговый праздник «Здравствуй, лето!».

У обучающихся пользуются успехом занятия с психологической службой центра, где в игровой форме происходит психологическая разгрузка организма.

В течение учебного года ведется активная работа с родителями учащихся. Родительские собрания проводятся не менее трех раз в год:

1 сентябрь	Знакомство с родителями, ознакомление их с планом работы на новый учебный год, беседа о форме одежды, о подготовке обучающихся к занятиям; обсуждаются предстоящие поездки и участие в конкурсах.
2 декабрь январь	Решается проблема занятости детей в каникулы, выявляются родители, способные оказать посильную помощь в подготовке костюмов к отчетному концерту и к новым танцевальным номерам; Собрание родителей можно сочетать с открытым уроком.
3 апрель май	Решается вопрос организации летнего отдыха, обсуждение итоговых уроков, отчетного концерта, учитываются пожелания на следующий год

Каждый педагог имеет домашние или рабочие номера телефонов родителей в журналах учета, по которым осуществляется связь с родителями, родители приглашаются на индивидуальные беседы для обсуждения различных проблем.

Выбирается родительский актив для оказания помощи во время концертов, выездных мероприятий, подготовки костюмов к выступлению.

В конце года активность родителей в оказании помощи ансамблю отмечается Благодарственными письмами администрации ДЮЦ «Ярославич».

## 2. Функции участников ансамбля

### ***Руководитель ансамбля:***

- формирует ансамбль из числа кружковцев 3-8 и более годов обучения;
- координирует работу педагогов ансамбля и концертмейстеров;
- организует учебный процесс в учебном году, летний период и каникулярное время (лагеря, концертная деятельность);
- осуществляет подборку репертуара;
- осуществляет материальное обеспечение концертной деятельности (эскизы костюмов, рисунков, музыкальное оформление);
- проводит работу с родителями;
- составляет и работает по дополнительной образовательной программе, обеспечивает ее выполнение;

- проводит сводные репетиции;
- осуществляет связь с общественными организациями, с руководителями коллективов данного направления
- осуществляет постановочную работу.

#### ***Педагоги:***

- помогают руководителю ансамбля осуществлять свои функции;
- работают с детьми с учетом допустимой физической нагрузки;
- осуществляют свою дополнительную программу, обеспечивают выполнение программы (реализуют ее);
- осуществляют педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов обучения (работы), исходя из допустимой физической нагрузки обучающихся;
- развивают образное мышление и актерское мастерство обучающихся;
- выявляют, развивают творческие способности обучающихся, формируют устойчивые интересы и склонности детей;
- организуют коллективную и индивидуальную работу, как с талантливыми, одаренными детьми, так и с детьми с аномалиями в развитии;
- проводят внеклассную работу по предмету (концерты, встречи, просмотр спектаклей, конкурсов и т.д.), организуют досуг учащихся;
- ведут работу с родителями (собрания, беседы, встречи, дни семейного отдыха);
- обеспечивает материальную базу для занятий;
- соблюдают правила санитарно-гигиенических норм, отвечают за жизнь и безопасность труда кружковцев;
- осуществляют постановочную работу

#### ***Концертмейстер:***

- помогает педагогу осуществлять свои функции;
- осуществляет музыкальное обеспечение реализации образовательной программы;
- подбирает музыкальное сопровождение занятий с учетом эмоционального воздействия на обучающихся;
- формирует у обучающихся исполнительные навыки, способствует развитию у детей художественного вкуса;
- способствует расширению музыкально-образных представлений и воспитанию творческой индивидуальности обучающихся;

### **3. План воспитательной работы в ансамбле.**

**Цель воспитательной работы** в хореографическом ансамбле «Ритм» - создание комфортных условий для формирования и раскрытия творческой индивидуальности личности каждого ребенка.

Для реализации данной цели необходимо решать следующие **задачи**:

- Изучать интересы, способности и личные характеристики детей;

- Воспитывать в детях толерантность;
- Создавать условия для интеллектуального, эстетического, физического развития и коммуникативного самовыражения личности;
- Развивать творческую деятельность и активную жизненную позицию.

Для эффективного решения данных задач, необходимо дополнительно использовать следующие аспекты воспитательной работы:

- Постоянно совершенствовать методы и формы воспитательной работы с детьми
- Расширять общественные связи с социальными партнерами
- Повышать эффективность работы с родительской общественностью

Приоритетным видом деятельности в воспитательной работе в ансамбле является коллективно-творческая, куда входит постановочно-репетиционная работа, выступления и досуговая деятельность. При этом, педагоги всегда поощряют любые творческие инициативы и организаторские способности каждого ребенка. Процесс сотворчества педагога и ребенка является характерной чертой коллектива: часто старшие школьники помогают проводить танцевальные разминки с младшими ребятами, разучивают и отрабатывают с ними танцевальные комбинации. Это дает возможность старшеклассникам почувствовать себя значимыми, нужными в коллективе, и они пользуются этой возможностью проявить себя в роли педагога-хореографа, лидера. Воспитательная работа педагога дополнительного образования ориентирована на все возрастные группы воспитанников и их родителей.

**Механизм реализации воспитательной работы** строится и планируется по 3 основным модулям:

- Традиционные мероприятия Центра (по общему плану воспитательной работы совместно с педагогами-организаторами)
- Мероприятия, планируемые внутри объединения
- Работа с родительской общественностью.

На каждый учебный год составляется план воспитательной работы, цели и задачи которого соответствуют общему плану воспитательной работы ДЮЦ «Ярославич».

### ***Некоторые традиционные мероприятий МОУДОДЮЦ «Ярославич»:***

Сентябрь: Игровые программы

Октябрь: День учителя; День пожилого человека; Турнир по футболу среди пап;

Ноябрь: День Матери; Городской фестиваль-конкурс «Танцующий Ярославль»; «Интеллектуальный троллейбус»; Осенний лагерь

Декабрь: Новогодние представления и дискотека; «Мастерская Деда Мороза»;

Январь: Мастер-классы по различным направлениям;

Февраль: «Папа может» (конкурсная программа для пап); «Фестиваль настольных игр»;

Март: Масленица; Мисс и Мистер «Ярославич»; Турнир среди родителей по волейболу;

Апрель: «Здоровый я»; «Сам себе хореограф»

Май: День города;

Июнь: Городской лагерь; Летние игровые программы;

Июль: Летние игровые программы;

Август: Загородный лагерь.

### ***План воспитательной работы Хореографического ансамбля «Ритм»:***

Сентябрь: Тематические беседы о хореографии;

Октябрь: Конкурс лучшей открытки ко Дню учителя для младших групп ансамбля;

Осенний праздник «Посвящение в танцоры»;

Ноябрь: конкурс рефератов об искусстве хореографии для основных групп ансамбля;

Декабрь: Участие в новогоднем представлении; конкурс рисунков на тему «Я люблю танцевать» для дошкольников.

Январь: Конкурс на лучшее фото «Танец в моей жизни».

Февраль: День именинника; Организация экскурсий и совместных поездок.

Март: Кастинг на участие в конкурсе «Мисс Ярославич»; поздравление с 8 марта и 23 февраля.

Апрель: Посещение отчетных концертов ведущих коллективов города, театров, музеев.

Май: Отчетный концерт ансамбля; Итоговый праздник «Здравствуй, лето».

Июнь: Городской лагерь; Поход в кино.

Июль: Концертная деятельность по запросу; поездки на фестивали и конкурсы.

Август: Загородный лагерь.

### ***Планирование работы с родительской общественностью.***

Сентябрь: Родительское собрание.

Октябрь: Анкетирование родителей и составление банка данных.

Ноябрь: Семейная гостиная с чаепитием; Поздравление с днем матери.

Декабрь: Индивидуальные встречи с родителями; Приглашение родителей на новогодние елки.

Январь: Собрание родительского комитета.

Февраль: Поздравление пап с днем защитника Отечества.

Март: Поздравление мам и бабушек с 8 марта.

Апрель: Посещение родителями открытых занятий; приглашение родителей на творческие конкурсы и фестивали; Посещение родителей творческого отчета ансамбля.

Май: Награждение родителей за активную помощь и поддержку; родительское собрание – подведение итогов года.

Июнь: Индивидуальные консультации с родителями.

Июль: Индивидуальные консультации с родителями.

Август: Индивидуальные консультации с родителями.