

Комитет образования города Курска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №25» города Курска

Приложение № ____
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
МБОУ «Гимназия №25»

Принята решением
педагогического совета № 1
от 29.08.2022

Утверждена приказом МБОУ
«Гимназия №25»
от 31.08.2022 № 108
Директор  **Фавришев В.В.**



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Я учусь танцевать»

Стартовый, базовый уровни

Срок реализации – 3 года
Возраст учащихся – 7-10 лет

Педагог дополнительного образования
Евсеева Мария Вадимовна

Курск 2022

Программа «Я учусь танцевать» относится к художественной направленности.

Актуальность программы.

Воспитание чувства прекрасного – серьезная, благородная задача. Это чувство облагораживает человека, способствует формированию его морального облика, обогащает его духовный мир, повышает его культуру. В танце воспитывается добро, любовь, самоотверженность, героизм, единство душевной и телесной красоты.

Для осуществления основной цели воспитания необходимо использовать все возможные средства и методы воспитания. Одним из таких методов работы с детьми является хореография.

Хореография – средство эстетического воспитания широкого профиля, ее специфика определяется разносторонним воздействием на человека. Решая те же задачи эстетического и духовного развития и воспитания детей, что и музыка, танец дает возможность физического развития, что становится особенно важным при существующем положении со здоровьем подрастающего поколения. По данным Минздрава на 90% дети не соответствуют по физическим и психическим показателям здоровья. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения хореографии, связана с мобилизацией и активным развитием многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов. Выбатываются навыки в сознательном управлении мышцами тела, устраняются зажимы, развивается музыкальный слух, что дает возможность подчинять свое тело определенному музыкальному ритму. Систематические занятия развивают пластику тела, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность, что является важным для ребенка. Хореография учит логическому, целесообразно организованному и грациозному движению, умению выражать чувства и эмоции с помощью тела.

В процессе освоения программы «Я учусь танцевать» совершенствуются соматика, моторика учащихся, их восприятие музыки, гармоничность такого взаимодействия; повышается уровень общей культуры. В процессе реализации программы формируются этические и эстетические нормы, ценности учащихся, расширяются их представления о культуре повседневного досуга, социальных умениях и навыках в межличностных отношениях. Необходимые для творческого развития в области хореографии технические навыки и приемы оказывают положительное воздействие на волевую сферу учащихся.

Отличительной особенностью программы является её направленность на формирование у учащихся широкого спектра умений и навыков в области танцевального искусства. Программа предусматривает межпредметные связи с

музыкой, культурой, литературой, фольклором, сценическим искусством. Курс научит ребят совмещать танцевальное искусство и актерское мастерство.

Программа «Я учусь танцевать» имеет два уровня – стартовый и базовый. К стартовому уровню относятся первый и второй года обучения; к базовому уровню относится третий год обучения.

В программе интегрированы следующие направления: детский, классический и современный танцы, ритмика, офп и принципы импровизации.

Адресат программы. Программа составлена для учащихся 6 – 10 лет.

Старший дошкольный возраст (6 лет). Признаком возраста является интенсивное развитие и рост детского организма. В этом возрасте ребенок достигает кульминации в развитии движений, которая выражается в особой грации, легкости и изяществе. При этом сохраняется постоянная необходимость движения, активно развивается моторика. У детей резко возрастает способность к исполнению разнообразных и сложных по координации движений. Это дает возможность подбирать для работы более сложный репертуар, в основе которого не только народная музыка, детские песни, но и некоторые классические произведения. Активно совершенствуются познавательные и коммуникативные способности. Память, внимание, восприятие становятся более осознанными, произвольными, развиваются волевые качества. Дети уже умеют анализировать свои успехи и успехи других, даже стараются помогать друг другу. Характерным является наглядно-образное мышление.

Младший школьный возраст (7-10 лет). В этот период ребенок соединяет в себе черты дошкольного детства с особенностями школьника. Признаком возраста 7-10 лет является начало школьной жизни, появление социального статуса школьника. Социальная ситуация развития характеризуется переходом от свободного существования к обязательной, общественно-значимой и общественно-оцениваемой деятельности. Ведущей становится учебная деятельность. Кризисным моментом возраста является мотивационный кризис, связанный с отсутствием содержательных мотивов учения. Появляется произвольность, внутренний план действия, самоконтроль, рефлексия, чувство компетентности. Для мотивационной сферы характерна учебная мотивация, внутренняя позиция школьника. Возраст характеризуется теоретическим мышлением, анализирующим восприятием, произвольной смысловой памятью и произвольным вниманием. Самооценка адекватная, появляется обобщение переживаний и осознание чувств.

Объем программы. Программа «Я учусь танцевать» рассчитана на 3 года обучения. Количество часов на каждый год обучения – 216 часов.

Всего за шестилетний курс обучения: $216 \times 10 = 2160$ часов.

Форма обучения, виды и режим занятий. Форма обучения – очная. Формы учебных занятий – групповые. Виды учебных занятий – практические, репетиционные, постановочные, комбинации видов.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа занятий – 40 минут. Перерыв между часами одного занятия – 10 минут.

Группы разновозрастные. Программа предусматривает временное формирование разновозрастных групп, учащихся для создания ряда хореографических композиций.

Наполняемость групп по годам обучения:

1 год обучения – 6-8 лет, количество детей в группе – 15 человек;

2 год обучения – 7-9 лет, количество детей в группе – 15 человек;

3 год обучения – 8-10 лет, количество детей в группе – 12 человек;

Принимаются все желающие, ограничений нет. При приёме детей проводится собеседование, прослушивание и просмотр физических и танцевальных данных.

Педагогические принципы. Работа с учащимися строится на основе системы дидактических принципов:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип единства эстетического и технического подхода;
- принцип связи теории с практикой;
- принцип «от простого к сложному»;
- принцип наглядности;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип сознательности и активности учащихся;
- принцип добровольности;
- принцип социокультурного соответствия;
- принцип психологической комфортности на занятии;
- принцип создания ситуации успеха.

СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ

(Первый, второй года обучения)

Цель программы: развитие физических, музыкальных, танцевальных способностей учащихся на основе базовых элементов детского, классического и джаз танцев, партерной гимнастики с использованием музыкально-игровых и гимнастических приемов.

Образовательно-предметные задачи:

- знакомить с правилами безопасного поведения на занятиях;
- формировать основы здорового образа жизни (питание, режим дня);
- знакомить с базовыми терминами детского, классического и джаз танцев;
- учить базовым позициям рук и ног, постановке корпуса;
- осваивать упражнения на развитие гибкости и укрепление мышц;
- осваивать основные общеразвивающие упражнения партерной гимнастики;
- учить приемам и упражнениям на внимание, ориентацию в пространстве;
- осваивать музыкально-подвижные игры на развитие музыкальных и танцевальных способностей;

- знакомить с элементами музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм, сильные и слабые доли);
- учить соотносить танцевальные движения с началом и окончанием музыкальных фраз, с характером музыки;
- знакомить с основами актерского мастерства;
- осваивать элементы гимнастики и акробатики;
- учить основам репетиционно-постановочной работы.

Метапредметные задачи:

- учить определять цели учебной деятельности с помощью педагога;
- учить основам планирования действий;
- формировать учебную деятельность в соответствии с планированием;
- учить анализу, оценке результатов учебной деятельности с помощью педагога;
- учить восприятию и осмыслению информации для достижения поставленной цели;
- учить основам освоения и применения учебной информации;
- формировать потребность в новом знании;
- формировать уважение к мнению собеседника;
- формировать продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.

Личностные задачи:

- развивать любознательность, воображение и фантазию;
- развивать наглядно-образное и ассоциативное мышление;
- развивать внимание, наблюдательность, память;
- развивать чувство ритма, музыкальный слух, моторную память;
- развивать гибкость, подвижность, координацию движений;
- развивать эмоционально-эстетические чувства и ощущения;
- воспитывать дружелюбие, жизнерадостность, позитивность;
- воспитывать основы силы воли, дисциплинированность, ответственность;
- воспитывать осознанное подчинение правилам и социальным нормам;
- воспитывать бесконфликтное поведение, контроль импульсивности;
- воспитывать чувство коллективизма.

СОДЕРЖАНИЕ СТАРТОВОГО УРОВНЯ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (Первый год обучения)

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ	Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Организационно-вводное занятие	2	2	
2	Учебно-тренировочная работа	126	22	104
2.1	<i>Ритмика и танец</i> (азбука музыкального движения, ориентация в пространстве, лексика детского танца)	34	6	28
2.2	<i>Классический танец</i> (экзерсис у станка, на середине зала, аллегро)	28	5	23
2.3	<i>Современный танец. Введение. Ознакомительный характер.</i>	18	2	16
2.4	<i>ОФП</i> (упражнения развивающие природные данные, йога для танцора, стретчинг)	36	6	30
2.5	<i>Принципы импровизации.</i>	10	2	8
3	Постановочная и репетиционная деятельность	40	10	30
4	Повторение и отработка	40	2	38
5	Массовые мероприятия учебного характера	8	1	7
	Итого	216	37	179

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Организационно-вводное занятие

Инструктаж по ТБ и ППБ (противопожарной безопасности). Правила поведения в учреждении и на занятии. Внешний вид воспитанников. Форма. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время занятий. Взаимоотношения «педагог-учащийся» и отношения между учащимися. Режим.

2. Учебно-тренировочная работа

2.1. Ритмика и танец.

Азбука музыкального движения:

музыкальный размер: 2/4, 4/4;

- сильные и слабые доли в музыке с помощью хлопков и притопов, на месте и в продвижении по линиям, диагоналям и кругу;
- характер музыкального произведения: веселый, грустный;
- знакомство с выразительным значением темпа музыки: медленно, быстро;
- различие динамических оттенков музыки: тихо, громко;
- длительность, акценты. Игра «Хорошо в реке купаться»;

- знакомство с понятием «пауза». Игра «Море волнуется раз...»;
- разнообразные ритмические рисунки на хлопках и шагах, игра «Музыкальное эхо»;
- строение музыкального произведения: вступление, запев, припев, проигрыш. Игра «Ловим музыку за хвост».

Ориентация в пространстве (рисунок танца):

- знакомство с точками зала. Игра «Повернись в точку №...»;
- упражнения на ориентацию и координацию в пространстве;
- колонна по одному, по два;
- линия. Игра «Хвост- голова»;
- круг (сужение, расширение круга);
- свободное размещение в зале с последующим возвращением в изученные рисунки;
- понятие «интервал», «дистанция»;
- движения по диагонали, в линиях, по кругу, колоннах.

Лексика детского танца:

- положения рук: на поясе, Елочка, Крест, Птичка, Подарок другу;
- марш с высокой коленкой;
- «Цапелка»;
- ходы и проходки (на высоких полупальцах «Балерина», по 1 п. «Пингвинчик» ...);
- бег: с захлестом, «Лошадка», танцевальный бег с работой рук, с выбрасыванием прямых ног вперед;
- подскок на две ноги, высокий подскок;
- «Дай конфетку»;
- выпады вправо-влево;
- галоп прямой, боковой;
- понятие поворота на месте: 1/4, 1/2, полный;
- понятие точки при: 1/4, 1/2, полном поворотах;
- марш по 4 на месте с поворотом на 1/4, 1/2 круга;
- прыжки по 6 позиции ног, с поворотом на 1/4, 1/2 круга;
- подготовка к вращениям с продвижением: «Циркуль»;

2.2. Классический танец.

Экзерсис у станка.

1. Постановка корпуса лицом к станку.

2. Позиции ног:

- 1, 2, 3, 5.

3. Demi plies:

- по 1, 2 и 5 позициям лицом к станку.

4. Grands plies:

- по 1, 2 позициям лицом к станку.

5. Battements tendus:

- из 1 позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку.

6. Battements tendus jetes:
 - из 1 позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку.
7. Demi rond de jambe par terre:
 - по ¼ круга. Вначале объясняется понятие en dehors и en dedans лицом к станку.
8. Положение ноги на Passe лицом к станку.
9. Расстяжка мышц ног (нога на станке).
10. Releves:
 - по 6, 1, 2, 5 позициям лицом к станку.

Экзерсис на середине зала.

1. Постановка корпуса.
2. Позиции рук:
 - 1, 3, 2 без точного соблюдения позиций ног.
3. Demi plies:
 - по 1, 2 позициям.
4. Battements tendus:
 - из 1 позиции в сторону, вперед.
5. Port de bras:
 - 1-е en face.

Аллегро.

Первоначально прыжки изучаются лицом к станку. Как только усвоена элементарная правильность исполнения, изучение переносится на середину зала.

1. Temps saute:
 - по 1, 2 и 5 позициям;
 - Различные сочетания прыжков по позициям.

2.3 Современный танец. Введение. Ознакомительный характер.

Warm up.

1. Постановка корпуса.
2. Позиции ног:
 - 1, 2 параллельная и аут, 2 wide позиция, 4 джаз позиция.
3. Позиции и положения рук:
 - press позиция, «Т», пол «Т», кинжалы, лук и стрелы, «L», «V».
4. Положение кистей рук:
 - flex, point;
 - jazz hand.
5. Flat back вперед, в сторону, назад. Deep body bend.
6. Roll down и roll up.
7. Vaunce.
8. Prance.
9. Изоляция и Координация:
 - а) Голова:
 - наклоны, развороты;
 - движение крестом, по квадрату.

б) Плечи:

- вверх, вниз, вперед, назад;
- движение крестом, по квадрату;
- полукруги вперед, назад; круги.
- Твист.
- Смещение плечевого пояса.

в) Грудная клетка:

- вперед, назад, вправо, влево;
- движение крестом, по квадрату;
- полукруги, круги спереди и сзади, вправо и влево.

г) Бедро:

- вперед, назад, вправо, влево;
- движение крестом, по квадрату;
- полукруги спереди, сзади; круги;
- Маятник.

Партер.

1. Позиции ног в партере:

- 1, 2 параллельная и аут;
- стопы flex-point;
- Frog позиция.

2. Стоя на 4 опорах лицом вниз и вверх:

- подъемы, махи;
- удержание ног.

3. Лежа на спине, животе, боку:

- подъемы, махи;
- удержание ног.

4. Сидя на бедрах с ногами на вису:

- удержание согнутых и прямых ног;
- раскрытие ног.

5. Straddle roll (боковой перекат с разножкой).

6. Tuck roll (перекат с поджатыми ногами).

Кросс:

1. Шаги:

- step touch;
- chasse.

2. Прыжки:

- Frog jump
- Jumping-jack.

3. Вращения:

- на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ pencil turn (стопа flex)

Комбинация.

Несложные короткие комбинации по пройденному материалу.

2.4. ОФП (общефизическая подготовка).

Упражнения развивающие природные данные.

1. Силовые: упражнения для мышц пресса, упражнения для мышц спины, упражнения для мышц ног и рук.
2. Статические: удержание поз 5-30 секунд на выбор педагога соответствующие возрасту («Горка», «Длинный жира», пятки на воздух и т. д.).
3. Динамические: упражнения повторяющиеся 10-16 раз в максимальном темпе на выбор педагога (дровосек; хвостики; подъемный кран; кузнечик с двух и одной ноги; крабик на всей стопе и т. д.).

Упражнения со вспомогательными атрибутами.

1. Работа с резиновым ремнем:
 - на две ноги в пол: стопа «Здравствуйте! До свидания!»;
 - с работой колена и стопы на сокращение и вытягивание;
 - на две ноги на воздух: стопа «Здравствуйте! До свидания!»; с работой колена и стопы на сокращение и вытягивание; переводы ноги к себе и от себя; опускание и подъем;
 - на одну ногу лежа на спине: в сторону.
2. Работа с теннисным мячом:
 - прокатывание по стопе;
 - relevés, проходки на всей стопе и полупальцах с мячом между стоп по параллельной и свободной позициям;
 - упражнения на координацию (подбрасывания, перекидывание двумя, одной, попеременно руками).
 - Упражнения на размещение в пространстве (походки с взаимодействием с предметом, перебросы и т.д.)
3. Работа с блоками для йоги:
 - сед на подъемах (колени на 1-3 блоках, под ягодицами блок);
 - складки стоя (в упоре на блоки), в положении сед (блоки за стопами);
 - координационные упражнения (передача блока спереди, сзади, через 3 позицию в положении сед, стоя, на коленях);
 - упражнения на гибкость спины (удержание блока, передача блока спереди назад, в стороны, по кругу);
 - полумостик с опорой на блок.
4. Работа с гимнастическим мячом:
 - баланс-relevés в упоре одной ногой на мяч;
 - прокатывание мяча в положении складка стоя;
 - закачка пресса из положения лежа в поперечный шпагат;
 - лежа на животе: прокатывание мяча в «змейку» лежа на животе; планка на предплечьях; удержание-баланс и раскрытие ног.

Йога для танцора и Стретчинг.

- складки стоя, сидя;
- поза связанного угла;

- планка, перевернутая планка, боковая планка, на двух и одной руке, на предплечьях;
- «собака мордой вниз» и «собака мордой вверх»;
- поза дельфина;
- поза моста;
- поза лука;
- поза верблюда;
- поза лодки;

2.5. Принципы импровизации.

- Музыкально-пластическое решение на темы явлений природы.

3. Постановочная и репетиционная деятельность.

Разучивание и отработка танцевальных элементов детской хореографии. Соединение изученных элементов в комбинации и отработка. Разучивание комбинаций на месте и в перемещении в линиях, колоннах, диагоналях, по кругу, полукругу. Постановка танцевальной композиции (по усмотрению педагога) на базе изученного материала. Отработка танцевальной композиции.

4. Повторение и отработка.

Повторение теории и практики изученного материала. Отработка методики и техники элементов и комбинаций детского, классического и современного танцев. Открытые занятия. Подведение итогов обучения на стартовом уровне.

5. Массовые мероприятия учебного характера.

Выступления на концертах, конкурсах, фестивалях, чемпионатах. Беседы на темы репертуара. Посещение и обсуждение театров, выставок. Просмотр и обсуждение спектаклей в сети интернет.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (Второй год обучения)

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ	Общее количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Учебно-тренировочная работа	126	16	110
2.1	Классический танец	40	6	34
2.2	Современный танец	40	6	34
2.3	ОФП	36	4	32
2.4	Принципы импровизации	10	2	8
3	Постановочная репетиционная деятельность	40	10	30
4	Повторение и отработка	40	4	36
5	Массовые мероприятия учебного характера	8	1	7
	Итого	216	32	184

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА Второй год обучения.

1. Организационно-вводное занятие.

Инструктаж по ТБ и ППБ (противопожарной безопасности). Правила поведения в учреждении и на занятии. Внешний вид воспитанников. Форма. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время занятий. Взаимоотношения «педагог-учащийся» и отношения между учащимися. Режим.

2. Учебно-тренировочная работа.

2.1. Классический танец.

Экзерсис у станка.

1. Позиции ног:

- 1, 2, 3, 5 и 4.

2. Port de bras: 1-е.

3. Demi plies:

- по 4 позициям лицом к станку.

4. Grands plies:

- по 5 позиции лицом к станку.

5. Battements tendus:

- с demi plies в 1 позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку;
- в комбинации demi plies - saute;
- из 5 позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку;
- с demi plies в 5 позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку.

6. Passe par terre:

- из 1 позиции вперед, назад.

7. Battements tendus с опусканием пятки на 2 позицию (doubles tendus) с 1 и 5 позиций:

- с demi plies во 2 позицию;
- со сгибом и вытягиванием подъема работающей ноги на высоту 25 в сторону, вперед, назад.

8. Battements tendus jetes:

- с 5 позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку;
- с demi plies в 1 и 5 позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку;
- с riques с 1 и 5 позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку;

9. Rond de jambe par terre:

- en dehors и en dedans лицом к станку.

10. Положение ноги sur le cou-de-pied:

- спереди, обхватное, сзади лицом к станку.

11. Battements soutenus:

- в пол в сторону, вперед, назад лицом к станку.

12. Battements frappes:

- в пол в сторону, вперед, назад лицом к станку.

13. Battements retires (подготовка к Battements developpes) лицом к станку.

14. Battements releves lent:

- с 1 и 5 позиции на 45, 90 в сторону, вперед, назад лицом/спиной к станку.

15. Grand battements jetes с 1 и 5 позиции на 90 в сторону, вперед, назад лицом/спиной к станку.

16. Расстяжка мышц ног (нога на станке) с demi plies и releves, перегибами корпуса от/к ноге.

17. Releves на полупальцы в 1, 2, 5 позициях:

- на вытянутых ногах;
- с предварительным demi plies;
- на demi plies в заключении.

18. Перегибы корпуса в сторону, назад лицом к станку.

Экзерсис на середине зала.

1. Положение epaulement croisee et efface (вначале объясняется положение «eпаulement», к концу года все упражнения начинаются и заканчиваются в «eпаulement»)

2. Позиции рук – 1, 3, 2 в положение en face и eпаulement.

3. Demi plies:

- по 1, 2 позициям en face;
- по 4 и 5 позициям en face.

4. Port de bras: 1-е, 2-е.

5. Battements tendus:

- с 1 позиции во всех направлениях;
- с demi plies в 1 позиции во всех направлениях;

6. Battements tendus jetes:

- с 1 позиции во всех направлениях;
- с demi plie в 1 позиции во всех направлениях;

Аллегро.

Первоначально прыжки изучаются лицом к станку. Как только усвоена элементарная правильность исполнения, изучение переносится на середину зала.

1. Temps saute по 1, 2 и 5 позициям с продвижением вперед.

2. Changement de pieds.

3. Pas echarpe на 2 позицию.

4. Трамплинные прыжки по 1 и 2 позициям.

2.2. Современный танец.

Станок.

1. Подводящие элементы к:

- смещение плечевого пояса;
 - изоляция грудной клетки;
 - hip lift (подъем бедра вверх);
 - body roll (боковая волна, сверху вниз, снизу вверх)
2. Prance:
- из 1 параллельной и out позиций лицом к станку.
3. Plies лицом к станку:
- по 1, 2 параллельным и out позициям;
 - перевод стоп из параллельного положения в out в demi plie;
4. Battements tendus лицом к станку:
- по 1 out и параллельной позиции в сторону, вперед, назад;
 - с опусканием пятки и переносом веса на две ноги по 2, 4 параллельной позициям;
5. Battements tendus jetes лицом к станку:
- по 1 out и параллельной позиции в сторону, вперед, назад.
6. Passé лицом к станку:
- на полной стопе по 1 параллельной и out позиции;
 - на demi plie.
7. Relevé lent:
- на 45° лицом к станку во всех направлениях.
8. Grand battements jetes:
- на 90° в сторону лицом к станку.

Экзерсис на середине зала.

1. Позиции ног:
- 1 параллельная и out;
 - 2 параллельная, аут, 2 wide позиция;
2. Позиции и положения рук:
- press позиция и ее варианты;
 - 1, 2, 3, 4, 5, 6;
 - Положения «L», «V».
3. Положение кистей рук:
- flex, point;
 - jazz hand, french hand.
4. Техника Изоляции и Координации.
- а) Голова:
- наклоны, развороты, zundari;
 - движение крестом, по квадрату;
 - полукруг, круг.
- б) Плечи:
- вверх, вниз, вперед, назад в джаз позиции;
 - движение крестом, по квадрату в джаз позиции;
 - полукруги вперед, назад, круги в джаз позиции;
 - Twist с руками в «V» внизу кисть flex;

в) Грудная клетка:

- вперед, назад, вправо, влево на прямых ногах и на demi plie;
- движение крестом, по квадрату на прямых ногах и на demi plie;
- полукруги спереди, сзади; круги на прямых ногах и на demi plie.

г) Бедра:

- вперед, назад, вправо, влево на прямых ногах и на demi plie;
- движение крестом, по квадрату на прямых ногах и на demi plie;
- полукруги спереди, сзади; круги на прямых ногах и на demi plie;
- Маятник на прямых ногах и на demi plie.

5. Plies:

- по 1, 2 параллельным и out позициям;
- перевод стоп из параллельного положения в out на прямых ногах и в demi plie;

6. Releve:

- по 1, 2 параллельным позициям;
- по 1, 2 out позициям. 3

7. Flat back (наклоны торса с прямой спиной):

- с переводом рук из нейтрального положения в 5 позицию вначале движения;
- с переводом рук с 5 позиции во 2 в горизонтальном положении;

8. Battements tendus:

- по 1 out и параллельной позиции в сторону, вперед, назад;
- с опусканием пятки и переносом веса на две ноги по 2, 4 параллельной позициям;

9. Battements tendus jetes:

- по 1 out и параллельной позиции в сторону, вперед, назад.

10. Passé:

- на полной стопе по параллельной и out позиции;
- на demi plie по параллельной.

11. Roll down и roll up:

- roll down с окончанием в demi plie.

12. Contraction / release. Ознакомительно.

Партер.

1. Позиции ног в партере:

- 1, 2 параллельная и аут;
- стопы flex-point;
- Frog позиция.

2. Стоя на 4 опорах лицом вниз и вверх:

- подъемы, махи;
- удержание ног.
- 3. подъемы, махи;
- удержание ног.

4. Сидя на бедрах с ногами на вису:

- удержание согнутых и прямых ног;
- раскрытие ног.

5. Перекаты:

- Straddle roll (боковой перекат с разножкой);
- Tuck roll (перекат с поджатыми ногами);
- Rolling back (перекат через плечо назад).

Кросс: 2 год

1. Шаги:

- step touch;
- pas chasse;
- pas de bourre (ознакомительно);
- low jazz walk (скользящая походка на demi plie в активном продвижении).

2. Прыжки:

- Frog jump;
- jump по I, II параллельным и out позициям;
- hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции;
- трамплинные прыжки.

3. Вращения.

а) На месте:

- на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, полный (конец 2 полугодия) pencil turn (стопа flex);
- на двух ногах на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, полный (конец 2 полугодия);
- нога на passé по I параллельной позиции на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, полный (конец 2 полугодия).

б) В продвижении:

- поворот на трех шагах.

Комбинация.

Несложные короткие комбинации по пройденному материалу.

2.3. ОФП (общефизическая подготовка).

Упражнения развивающие природные данные.

1. Силовые: упражнения для мышц пресса, упражнения для мышц спины, упражнения для мышц ног и рук.
2. Статические: удержание поз 5-30 секунд на выбор педагога соответствующие возрасту (дикобраз, Жирафик, пятки на воздух и т. д.).
3. Динамические: упражнения повторяющиеся 16-24 раза в максимальном темпе на выбор педагога (дровосек; хвостики; подъемный кран; кузнечик с двух и одной ноги; крабик на всей стопе и т. д.).

Упражнения со вспомогательными атрибутами.

1. Работа с резиновым ремнем с пониманием дыхательного цикла и продления движения:

- на две ноги в пол;
- на две ноги на воздух;

- на одну ногу лежа на спине: в сторону и вперед.
2. Работа с теннисным мячом увеличение количества повторений и скорости исполнения:
- прокатывание по стопе;
 - releves;
 - проходки на всей стопе и полупальцах с мячом между стоп по параллельной и свободной позициям;
 - упражнения на координацию (подбрасывания, перекидывание двумя, одной, попеременно руками).
3. Работа с блоками для йоги с добавлением понятия вытяжения на выдохе и фиксации на вдохе, увеличением времени нахождения в позе:
- сед на подъемах (колени на 1-3 блоках, под ягодицами блок);
 - складки стоя (в упоре на блоки), в положении сед (блоки за стопами);
 - координационные упражнения (передача блока спереди, сзади, через 3 позицию в положении сед, стоя, на коленях);
 - полу мостик с опорой на блок.
4. Работа с фитнес мячом, увеличение количества повторений, с добавлением понятия вытяжения на выдохе и фиксации на вдохе, увеличением времени нахождения в позе:
- баланс-releves в упоре одной ногой на мяч;
 - прокатывание мяча в положении складка стоя;
 - сед на мяче, подъем ног на 25 в аттитюд и прямую ногу;
 - мяч под ягодицами: удержание ног «стрелочка»; «кукушечка»; подъем и опускание ног в сторону и назад в параллельном и выворотном положении;
 - закачка пресса из положения лежа в поперечный шпагат;
 - лежа на животе: прокатывание мяча в «змейку».

2.4. Принципы импровизации.

- Импровизация образов языком хореографии.

3. Постановочная и репетиционная деятельность.

Разучивание и отработка танцевальных. Соединение изученных элементов в комбинации и отработка. Разучивание комбинаций на месте и в перемещении в линиях, колоннах, диагоналях, по кругу, полукругу. Постановка танцевальной композиции (по усмотрению педагога) на базе изученного материала. Отработка танцевальной композиции.

4. Повторение и отработка.

Повторение теории и практики изученного материала. Отработка методики и техники элементов и комбинаций классического и jazz танцев. Открытые занятия. Подведение итогов обучения на стартовом уровне.

5. Массовые мероприятия учебного характера.

Выступления на концертах, конкурсах, фестивалях, чемпионатах. Беседы на темы репертуара. Посещение и обсуждение театров, выставок. Просмотр и обсуждение спектаклей в сети интернет.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ СТАРТОВОГО УРОВНЯ

Предметные результаты

Учащиеся должны знать:

- базовые термины элементов детского танца;
- элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм, сильные и слабые доли);
- базовые позиции рук и ног, постановку корпуса;
- общеразвивающие упражнения и упражнения партерной гимнастики;
- упражнения на развитие гибкости и укрепление мышц;
- музыкально-подвижные игры;
- элементы гимнастики и акробатики;
- правила гигиены и режим дня.

Учащиеся должны уметь:

- двигаться в такт музыке;
- начинать и заканчивать движения вместе с музыкой;
- играть в музыкально-подвижные игры;
- выполнять общеразвивающие и базовые упражнения детского танца и партерной гимнастики;
- воспроизводить элементы детского танца;
- выполнять упражнения на развитие гибкости и укрепление мышц;
- выполнять элементы гимнастики и акробатики;
- выполнять простейшие комбинации на основе усвоенных танцевальных движений, этюды, хореографической постановки;
- соблюдать правила гигиены и режим дня.

ОЦЕНКА ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

СТАРТОВОГО УРОВНЯ

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Оценка предметных результатов		
<p><i>Учащиеся в основном усвоили:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - базовые термины элементов классического танца на французском языке; - элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм, сильные и слабые доли); - базовые позиции рук и ног, постановку корпуса; - общеразвивающие упражнения классического танца и партерной гимнастики; - упражнения на развитие 	<p><i>Учащиеся в достаточной мере знают:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - базовые термины элементов классического танца на французском языке; - элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм, сильные и слабые доли); - базовые позиции рук и ног, постановку корпуса; - общеразвивающие упражнения классического танца и партерной гимнастики; - упражнения на развитие 	<p><i>Учащиеся полностью представляют:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - базовые термины элементов классического танца на французском языке; - элементы музыкальной грамоты (характер музыки, темп, ритм, сильные и слабые доли); - базовые позиции рук и ног, постановку корпуса; - общеразвивающие упражнения классического танца и партерной гимнастики; - упражнения на развитие

<p>гибкости и укрепление мышц; - общеразвивающие упражнения классического танца и партерной гимнастики; - музыкально-подвижные игры; - основы классического и современного танца; - основы актерского мастерства; - элементы гимнастики и акробатики; - правила гигиены и режим дня. Учащиеся неуверенно или с помощью педагога могут: - выполнять движения партерной гимнастики; - двигаться в такт музыке; - начинать и заканчивать движение вместе с музыкой; - показывать образы птиц и животных в разных эмоциональных состояниях; - изображать любимых сказочных героев; - стоять у станка в 1, 2, 3, 5 позиции, исполнять основные классические движения; - выполнять комбинации на основе усвоенных танцевальных движений, хореографические постановки, этюды.</p>	<p>гибкости и укрепление мышц; - общеразвивающие упражнения классического танца и партерной гимнастики; - музыкально-подвижные игры; - основы классического и современного танца; - основы актерского мастерства; - элементы гимнастики и акробатики; - правила гигиены и режим дня. Учащиеся могут уверенно: - выполнять движения партерной гимнастики; - двигаться в такт музыке; - начинать и заканчивать движение вместе с музыкой; - показывать образы птиц и животных в разных эмоциональных состояниях; - изображать любимых сказочных героев; - стоять у станка в 1, 2, 3, 5 позиции, исполнять основные классические движения; - выполнять комбинации на основе усвоенных танцевальных движений, хореографические постановки, этюды.</p>	<p>гибкости и укрепление мышц; - общеразвивающие упражнения классического танца и партерной гимнастики; - музыкально-подвижные игры; - основы классического и современного танца; - основы актерского мастерства; - элементы гимнастики и акробатики; - правила гигиены и режим дня. Учащиеся могут свободно: - выполнять движения партерной гимнастики; - двигаться в такт музыке; - начинать и заканчивать движение вместе с музыкой; - показывать образы птиц и животных в разных эмоциональных состояниях; - изображать любимых сказочных героев; - стоять у станка в 1, 2, 3, 5 позиции, исполнять основные классические движения; - выполнять комбинации на основе усвоенных танцевальных движений, хореографические постановки, этюды.</p>
---	--	--

Оценка метапредметных результатов

<p>Недостаточно проявлены: - определение цели учебной деятельности с помощью педагога; - основы планирования действий; - учебная деятельность в соответствии с планированием; - анализ, оценка результатов учебной деятельности с помощью педагога; - восприятие и осмысление информации для достижения поставленной цели; - основы освоения и применения учебной информации; - потребность в новом знании; - уважение к мнению собеседника; - продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.</p>	<p>В достаточной мере проявлены: - определение цели учебной деятельности с помощью педагога; - основы планирования действий; - учебная деятельность в соответствии с планированием; - анализ, оценка результатов учебной деятельности с помощью педагога; - восприятие и осмысление информации для достижения поставленной цели; - основы освоения и применения учебной информации; - потребность в новом знании; - уважение к мнению собеседника; - продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.</p>	<p>Уверенно проявлены: - определение цели учебной деятельности с помощью педагога; - основы планирования действий; - учебная деятельность в соответствии с планированием; - анализ, оценка результатов учебной деятельности с помощью педагога; - восприятие и осмысление информации для достижения поставленной цели; - основы освоения и применения учебной информации; - потребность в новом знании; - уважение к мнению собеседника; - продуктивное восприятие мнения других людей в обучении, в жизни.</p>
---	---	---

Оценка личностных результатов

<p>Недостаточно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы наглядно-образного и ассоциативного мышления; - основы пространственной ориентации; - проявленные внимание, память, наблюдательность; - координация простых движений, основы моторной памяти; - выраженная общая и мелкая моторика, растяжка, прыгучесть, гибкость; - основы чувства ритма, музыкального слуха, музыкальной памяти; - дружелюбие, позитивное групповое взаимодействие; - любознательность, познавательная активность; - воображение и фантазия; - основы целеполагания, самоконтроля и самокоррекции; - основы силы воли, дисциплинированности, ответственности; - основы здорового образа жизни; - основы общей культуры поведения. 	<p>В достаточной мере развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы наглядно-образного и ассоциативного мышления; - основы пространственной ориентации; - проявленные внимание, память, наблюдательность; - координация простых движений, основы моторной памяти; - выраженная общая и мелкая моторика, растяжка, прыгучесть, гибкость; - основы чувства ритма, музыкального слуха, музыкальной памяти; - дружелюбие, позитивное групповое взаимодействие; - любознательность, познавательная активность; - воображение и фантазия; - основы целеполагания, самоконтроля и самокоррекции; - основы силы воли, дисциплинированности, ответственности; - основы здорового образа жизни; - основы общей культуры поведения. 	<p>Уверенно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы наглядно-образного и ассоциативного мышления; - основы пространственной ориентации; - проявленные внимание, память, наблюдательность; - координация простых движений, основы моторной памяти; - выраженная общая и мелкая моторика, растяжка, прыгучесть, гибкость; - основы чувства ритма, музыкального слуха, музыкальной памяти; - дружелюбие, позитивное групповое взаимодействие; - любознательность, познавательная активность; - воображение и фантазия; - основы целеполагания, самоконтроля и самокоррекции; - основы силы воли, дисциплинированности, ответственности; - основы здорового образа жизни; - основы общей культуры поведения.
---	---	---

Для **оценки результативности учебных занятий** применяются следующие виды и формы контроля.

Вид контроля	Форма контроля
Вводный контроль	Собеседование, наблюдение
Текущий контроль (по итогам занятий)	Собеседование, наблюдение, практическая работа, творческие задания
Тематический контроль (по итогам завершения каждой темы)	Собеседование, наблюдение, практическая работа, творческие задания, выступления

В конце каждого полугодия проводится **промежуточная аттестация**, выявляющая результативность обучения (собеседование, наблюдение, практическая работа, творческие задания, выступления, участие в конкурсах и фестивалях).

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ
Третий год обучения

СОДЕРЖАНИЕ БАЗОВОГО УРОВНЯ ПРОГРАММЫ
УЧЕБНЫЙ ПЛАН
(Третий год обучения)

№ п/п	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ	Общее количество о часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Учебно-тренировочная работа	126	16	110
2.1	Классический танец	39	6	33
2.2	Современный танец	42	6	36
2.3	ОФП	29	2	27
2.4	Принципы импровизации	16	2	14
3	Постановочная репетиционная деятельность	40	10	30
4	Повторение и отработка	40	4	36
5	Массовые мероприятия учебного характера	8	1	7
	Итого	216	31	185

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Третий год обучения.

1. Организационно-вводное занятие.

Инструктаж по ТБ и ППБ (противопожарной безопасности). Правила поведения в учреждении и на занятии. Внешний вид воспитанников. Форма. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время занятий. Взаимоотношения «педагог-учащийся» и отношения между учащимися. Режим.

2. Учебно-тренировочная работа.

2.1. Классический танец.

Экзерсис у станка.

1. Постановка корпуса боком у станка.

2. Port de bras: 1-е, 3-е (конец 2 полугодия).

3. Demi plies и Grands plies:

- по 1, 2, 4, 5 позициям боком к станку.

4. Battements tendus:

- с demi plie в 1 позиции в сторону, вперед, назад боком к станку;

- из 5 позиции в сторону, вперед, назад боком к станку;
 - с demi plies в 5 позиции в сторону, вперед, назад боком к станку.
5. Passe par terre:
- из 1 позиции вперед, назад боком к станку;
 - с demi plie боком к станку.
6. Battements tendus с опусканием пятки на 2 позицию (doubles tendus) с 1 и 5 позиций боком к станку:
- с demi plies во 2 позицию;
 - со сгибом и вытягиванием подъема работающей ноги на высоту 25 в сторону, вперед, назад.
7. Battements tendus jetes:
- с 5 позиции в сторону, вперед, назад боком к станку;
 - с demi plies в 1 и 5 позиции в сторону, вперед, назад боком к станку;
 - с riques с 1 и 5 позиции в сторону, вперед, назад боком к станку;
8. Rond de jambe par terre:
- en dehors и en dedans боком к станку.
9. Battements fondus:
- в пол в сторону, вперед, назад лицом к станку.
10. Battements soutenus:
- в пол в сторону, вперед, назад боком к станку.
11. Battements frappes:
- в пол в сторону, вперед, назад боком к станку.
12. Battements retires (подготовка к Battements developpes) боком к станку.
13. Battements releves lent:
- с 1 и 5 позиции на 45, 90 в сторону, вперед, назад боком к станку.
14. Grand battements jetes:
- с 1 и 5 позиции на 90 в сторону, вперед, назад боком к станку.
15. Расстяжка мышц ног (нога на станке):
- с demi plies и releves, перегибами корпуса от/к ноге;

Экзерсис на середине зала.

1. Большие и малые позы croisee et efface вперед и назад носком в пол.
2. 1, 2 arabesques носком в пол.
3. Demi plies по 1, 2 позициям en face, по 4 и 5 позициям en face и epaulement.
4. Port de bras: 1-е, 2-е en face и epaulement.
5. Battements tendus:
 - с опусканием пятки на 2 позицию с 1 позиции;
 - Passe par terre;
 - с demi plie по 2 позиции без перехода и с переходом.
6. Battements tendus jetes:
 - с riques с 1 позиции во всех направлениях.
7. Demi rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
8. Grand battements jetes с 1 и 5 позиции на 90 в сторону, вперед, назад en face.

Аллегро.

Первоначально прыжки изучаются лицом к станку. Как только усвоена элементарная правильность исполнения, изучение переносится на середину зала.

1. Pas assemble с открыванием ноги в сторону en face. К концу года вперед и назад.

4. Pas glissade с продвижением в сторону.

2.2. Современный танец.

Станок.

1. Основные позиции ног:

- 4 параллельная позиция.

2. Plies:

- прием plie – releve по 1, 2 и 4 параллельным и 1, 2 out позициям.

3. Flat back вперед:

- на полупальцах.

4. Постановка корпуса одной рукой за станок.

5. Battements tendus боком к станку:

- по 1 out и параллельной позиции в сторону, вперед, назад;
- с опусканием пятки и переносом веса на две ноги по 2, 4 параллельной позициям;
- с приемом plie-releve по 2, 4 параллельной позициям.

6. Battements tendus jetes боком к станку:

- по 1 out и параллельной позиции в сторону, вперед, назад;
- положения flex/point стопы.

7. Passé:

- на полной стопе по 1 параллельной и out позиции боком к станку;
- на demi plie боком к станку;
- по I параллельной позиции на полупальцах лицом к станку.

8. Rond de jambe par terre:

- по I out и параллельной позиции по раскладке en dehors и en dedans.

9. Relevé lent:

- на 90° лицом к станку во всех направлениях.

10. Grand battements jetes:

- на 90° в сторону, вперед, назад лицом к станку.

Экзерсис на середине зала. 3 год

1. Позиции ног:

- 4 джаз позиция.

2. Техника Изоляции и Координации.

а) Голова:

- с переводом рук из позиции в позицию во время движения.

б) Плечи:

- смещение плечевого пояса с переводом рук из позиции в позицию во время движения (2, 6 и «L»).

в) Грудная клетка:

- с переводом рук из позиции в позицию во время движения.

г) Бедра:

- с переводом рук из позиции в позицию во время движения.

3. Plies:

- прием plie – releve по 1, 2 и 4 параллельным и 1, 2 out позициям.

7. Flat back (наклоны торса с прямой спиной):

- с акцентами рук во 2 позиции вверх в горизонтальном положении;
- с demi plie в горизонтальном положении (во 2 полугодии с переводом рук с 5 во 2 позицию).

8. Battements tendus:

- с приемом plie-releve по 2, 4 параллельной позициям рабочей ноги и двух ног;
- с переводом рук из позиции в позицию во время движения.

9. Battements tendus jetes:

- с переводом рук из позиции в позицию во время движения;
- положения flex/point стопы.

10. Deep body bend (глубокий наклон вперед, ниже 90 градусов):

- с переводом рук с 5 позиции во 2.

11. Изгибы тела:

а) Arch:

- по 1, 2 параллельным и out позициям.

б) Side stretch (изгибы торса в сторону, 2 параллельная или аут позиции ног):

- руки в press position на бедрах;
- на прямых ногах;

в) Curve. Загиб верхней части позвоночника вперед или сторону до точки «солнечного сплетения»:

- в 1, 2 параллельных и аут позициях.

12. Roll down и roll up:

- roll down с выходом в планку и возвратом в demi plie и roll up.

13. Contraction / release.

14. Перекаты:

- Straddle roll (боковой перекат с разножкой) с положения стоя и возвратом в положение стоя;
- Tuck roll (перекат с поджатыми ногами) с положения стоя и возвратом в положение стоя;
- Rolling back (перекат через плечо назад) с фиксацией ног в шпагате.

15. Падения:

- Knee fall вперед (падение с колен);
- Back fall (падение назад) с положения стоя.

16. Подъемы:

- Chest lift (подъем за грудной клеткой из положения лежа на спине).

Кросс: 3 год

1. Шаги:

- slide;

- pas de bourre в координации с работой рук;
- low jazz walk (скользящая походка на demi plie в активном продвижении) в координации с работой рук;
- Triplet (англ. – тройка). Упрощенный вариант pas de bourre. Те же три шага, но в продвижении вперед по одной прямой линии: первые два шага на releve с вытянутыми коленями, третий шаг в plie.

2. Прыжки.

а) Jump (с двух на две):

- Frog jump (лягушка);
- Straight jump по I, II (ровный, прямой) параллельным и out позициям;
- Pike jump (в верхней точке корпус складывается к вынесенным прямым ногам).

б) Hops:

- Passé hop (подскок с passe) в координации с руками в «L» положении и twist корпусом;
- Squat hop (прыжок с двумя поджатыми ногами).

3. Вращения.

а) На месте:

- Pirouette passe на вытянутой ноге с releve и в plie одинарный;
- Low jazz walk turns (низкая джазовая проходка с вращением)

б) В продвижении:

- 3-step turn (поворот на трех шагах).

Комбинация.

Комбинации по пройденному материалу.

2.3. ОФП (общефизическая подготовка).

Упражнения развивающие природные данные.

1. Силовые: упражнения для мышц пресса, упражнения для мышц спины, упражнения для мышц ног и рук.
2. Статические: удержание поз 30-40 секунд на выбор педагога соответствующие возрасту.
3. Динамические: упражнения повторяющиеся 24-32 раза в максимальном темпе на выбор педагога.

Упражнения со вспомогательными атрибутами.

1. Работа с резиновым ремнем с пониманием дыхательного цикла и продления движения:

- на две ноги в пол;
- на две ноги на воздух;
- на одну ногу лежа на спине: в сторону и вперед.

2. Работа с блоками для йоги:

- в упоре на блоки (планки, шпагаты, прогибы, растяжение боковой линии тела);
- стоя на блоках (складки, равновесия, координационные упражнения);

3. Работа с фитнес мячом, увеличение количества повторений и амплитуды движения:

- Deep body bend в упоре на мяч с ногой 180;
- закачка прессы из положения лежа в поперечный шпагат;
- лежа на животе: прокатывание мяча в «змейку»;
- мяч под животом: планка на предплечьях, удержание-баланс и раскрытие ног.

2.4. Принципы импровизации.

- Танцевальные комбинации. Импровизация образов языком хореографии.

3. Постановочная и репетиционная деятельность.

Разучивание и отработка танцевальных. Соединение изученных элементов в комбинации и отработка. Разучивание комбинаций на месте и в перемещении в линиях, колоннах, диагоналях, по кругу, полукругу. Постановка танцевальной композиции (по усмотрению педагога) на базе изученного материала. Отработка танцевальной композиции.

4. Повторение и отработка.

Повторение теории и практики изученного материала. Отработка методики и техники элементов и комбинаций классического и jazz танцев. Открытые занятия. Подведение итогов обучения на стартовом уровне.

5. Массовые мероприятия учебного характера.

Выступления на концертах, конкурсах, фестивалях, чемпионатах. Беседы на темы репертуара. Посещение и обсуждение театров, выставок. Просмотр и обсуждение спектаклей в сети интернет.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ БАЗОВОГО УРОВНЯ

Предметные результаты

Учащиеся должны знать:

- современно-сценический станок;
- элементы классического танца у станка и на середине;
- элементы современного танца у станка и на середине;
- основные стили и направления современного танца;
- базовые движения и комбинации современных стилей танца;
- приёмы актёрского мастерства.

Учащиеся должны уметь:

- исполнять ряд классических движений, держась одной рукой (по первой, второй, пятой позиции);
- исполнять освоенные движения современного танца в различных комбинациях, в медленном и ускоренном темпе;
- выполнять вращение на месте и по диагонали;
- исполнять базовые движения и комбинации современных стилей танца;
- применять и демонстрировать элементы театральности в сюжетных хореографических постановках;

- исполнять основные танцевально-акробатические трюки;
- исполнять танцы и хореографические композиции разных стилей и направлений современного танца, предусмотренных репертуарным планом;
- применять пластичность, гибкость, растяжку, прыгучесть, координацию движений, пространственную ориентацию для подготовки хореографических композиций;
- применять приёмы актёрской выразительности;
- самостоятельно сочинять и исполнять танцевальные комбинации, этюды на пройденном материале по заданию педагога;
- ориентироваться в пространстве сцены.

Метапредметные результаты

Регулятивные метапредметные результаты:

- самостоятельное целеполагание, планирование, соблюдение алгоритма действий;
- рефлексия наработанных умений и навыков на всех этапах учебной деятельности;
- самостоятельный поиск и коррекция ошибок;
- адекватное восприятие оценки своей деятельности со стороны других людей;
- преодоление импульсивности, самоконтроль.

Познавательные метапредметные результаты:

- выделение основной и второстепенной информации;
- самостоятельный поиск необходимой информации;
- ориентирование в осваиваемой системе знаний и умений;
- способность к анализу нового знания;
- продуктивное освоение и применение новой учебной информации.

Коммуникативные метапредметные результаты:

- владение способами инициативы и взаимодействия в процессе учебного сотрудничества;
- способность интегрироваться в коллектив;
- продуктивное дружелюбное взаимодействие в коллективе;
- взаимоподдержка и взаимопомощь;
- способность к адекватному аргументированию в обсуждении, в споре, в поиске решений;
- адекватное восприятие конструктивной критики;
- владение способами разрешения конфликтов и недоразумений.

Личностные результаты:

- наглядно-образное, ассоциативное, аналитическое мышление;
- развитые каналы восприятия (зрительный, слуховой, сенсорный);
- долговременная память;
- чувство равновесия, координация движений;
- развитая моторика и мышечная память;
- музыкальный слух, чувство ритма, сценическая пластика;
- трудолюбие, настойчивость, самостоятельность;
- артистичность, эмоциональность;

- переживание ситуации успеха;
- скромность, чувство собственного достоинства, уверенность в себе.
- толерантность к другим типам танцевальной культуры;
- сценическая и зрительская культура.

ОЦЕНКА ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ БАЗОВОГО УРОВНЯ

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Оценка предметных результатов		
<p><i>Учащиеся в основном усвоили:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - современно-сценический станок; - элементы классического танца у станка и на середине; - элементы современного танца у станка и на середине; - основные стили и направления современного танца; - базовые движения и комбинации современных стилей танца; - приёмы актёрского мастерства. <p><i>Учащиеся неуверенно или с помощью педагога могут:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнять ряд классических движений, держась одной рукой (по первой, второй, пятой позиции); - исполнять освоенные движения современного танца в различных комбинациях, в медленном и ускоренном темпе; - выполнять вращение на месте и по диагонали; - исполнять базовые движения и комбинации современных стилей танца; - применять и демонстрировать элементы театральности в сюжетных хореографических постановках; - исполнять основные танцевально-акробатические трюки; - исполнять танцы и хореографические композиции разных стилей и 	<p><i>Учащиеся в достаточной мере знают:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - современно-сценический станок; - элементы классического танца у станка и на середине; - элементы современного танца у станка и на середине; - основные стили и направления современного танца; - базовые движения и комбинации современных стилей танца; - приёмы актёрского мастерства. <p><i>Учащиеся могут уверенно:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнять ряд классических движений, держась одной рукой (по первой, второй, пятой позиции); - исполнять освоенные движения современного танца в различных комбинациях, в медленном и ускоренном темпе; - выполнять вращение на месте и по диагонали; - исполнять базовые движения и комбинации современных стилей танца; - применять и демонстрировать элементы театральности в сюжетных хореографических постановках; - исполнять основные танцевально-акробатические трюки; - исполнять танцы и хореографические композиции разных стилей и направлений современного 	<p><i>Учащиеся полностью представляют:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - современно-сценический станок; - элементы классического танца у станка и на середине; - элементы современного танца у станка и на середине; - основные стили и направления современного танца; - базовые движения и комбинации современных стилей танца; - приёмы актёрского мастерства. <p><i>Учащиеся могут свободно:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - исполнять ряд классических движений, держась одной рукой (по первой, второй, пятой позиции); - исполнять освоенные движения современного танца в различных комбинациях, в медленном и ускоренном темпе; - выполнять вращение на месте и по диагонали; - исполнять базовые движения и комбинации современных стилей танца; - применять и демонстрировать элементы театральности в сюжетных хореографических постановках; - исполнять основные танцевально-акробатические трюки; - исполнять танцы и хореографические композиции разных стилей и направлений современного

<p>направлений современного танца, предусмотренных репертуарным планом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять пластичность, гибкость, растяжку, прыгучесть, координацию движений, пространственную ориентацию для подготовки хореографических композиций; - применять приёмы актёрской выразительности; - самостоятельно сочинять и исполнять танцевальные комбинации, этюды на пройденном материале по заданию педагога; - ориентироваться в пространстве сцены. 	<p>танца, предусмотренных репертуарным планом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять пластичность, гибкость, растяжку, прыгучесть, координацию движений, пространственную ориентацию для подготовки хореографических композиций; - применять приёмы актёрской выразительности; - самостоятельно сочинять и исполнять танцевальные комбинации, этюды на пройденном материале по заданию педагога; - ориентироваться в пространстве сцены. 	<p>танца, предусмотренных репертуарным планом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять пластичность, гибкость, растяжку, прыгучесть, координацию движений, пространственную ориентацию для подготовки хореографических композиций; - применять приёмы актёрской выразительности; - самостоятельно сочинять и исполнять танцевальные комбинации, этюды на пройденном материале по заданию педагога; - ориентироваться в пространстве сцены.
<p>Оценка метапредметных результатов</p>		
<p>Недостаточно проявлены:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владение способами инициативы и взаимодействия в процессе учебного сотрудничества; - способность интегрироваться в коллектив; - продуктивное дружелюбное взаимодействие в коллективе; - взаимоподдержка и взаимопомощь; - способность к адекватному аргументированию в обсуждении, в споре, в поиске решений; - адекватное восприятие конструктивной критики; - владение способами разрешения конфликтов и недоразумений. - выделение основной и второстепенной информации; - самостоятельный поиск необходимой информации; - ориентирование в осваиваемой системе знаний и умений; - способность к анализу нового знания; - продуктивное освоение и применение новой учебной информации. - самостоятельное целеполагание, планирование, соблюдение алгоритма действий; - рефлексия наработанных 	<p>В достаточной мере проявлены:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владение способами инициативы и взаимодействия в процессе учебного сотрудничества; - способность интегрироваться в коллектив; - продуктивное дружелюбное взаимодействие в коллективе; - взаимоподдержка и взаимопомощь; - способность к адекватному аргументированию в обсуждении, в споре, в поиске решений; - адекватное восприятие конструктивной критики; - владение способами разрешения конфликтов и недоразумений. - выделение основной и второстепенной информации; - самостоятельный поиск необходимой информации; - ориентирование в осваиваемой системе знаний и умений; - способность к анализу нового знания; - продуктивное освоение и применение новой учебной информации. - самостоятельное целеполагание, планирование, соблюдение алгоритма действий; 	<p>Уверенно проявлены:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владение способами инициативы и взаимодействия в процессе учебного сотрудничества; - способность интегрироваться в коллектив; - продуктивное дружелюбное взаимодействие в коллективе; - взаимоподдержка и взаимопомощь; - способность к адекватному аргументированию в обсуждении, в споре, в поиске решений; - адекватное восприятие конструктивной критики; - владение способами разрешения конфликтов и недоразумений. - выделение основной и второстепенной информации; - самостоятельный поиск необходимой информации; - ориентирование в осваиваемой системе знаний и умений; - способность к анализу нового знания; - продуктивное освоение и применение новой учебной информации. - самостоятельное целеполагание, планирование, соблюдение алгоритма действий; - рефлексия наработанных

<p>умений и навыков на всех этапах учебной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельный поиск и коррекция ошибок; - адекватное восприятие оценки своей деятельности со стороны других людей; - преодоление импульсивности, самоконтроль. 	<p>- рефлексия наработанных умений и навыков на всех этапах учебной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельный поиск и коррекция ошибок; - адекватное восприятие оценки своей деятельности со стороны других людей; - преодоление импульсивности, самоконтроль. 	<p>умений и навыков на всех этапах учебной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельный поиск и коррекция ошибок; - адекватное восприятие оценки своей деятельности со стороны других людей; - преодоление импульсивности, самоконтроль.
Оценка личностных результатов		
<p>Недостаточно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наглядно-образное, ассоциативное, аналитическое мышление; - развитые каналы восприятия (зрительный, слуховой, сенсорный); - долговременная память; - чувство равновесия, координация движений; - развитая моторика и мышечная память; - музыкальный слух, чувство ритма, сценическая пластика; - трудолюбие, настойчивость, самостоятельность; - артистичность, эмоциональность; - переживание ситуации успеха; - скромность, чувство собственного достоинства, уверенность в себе. - толерантность к другим типам танцевальной культуры; - сценическая и зрительская культура. 	<p>В достаточной мере развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наглядно-образное, ассоциативное, аналитическое мышление; - развитые каналы восприятия (зрительный, слуховой, сенсорный); - долговременная память; - чувство равновесия, координация движений; - развитая моторика и мышечная память; - музыкальный слух, чувство ритма, сценическая пластика; - трудолюбие, настойчивость, самостоятельность; - артистичность, эмоциональность; - переживание ситуации успеха; - скромность, чувство собственного достоинства, уверенность в себе. - толерантность к другим типам танцевальной культуры; - сценическая и зрительская культура. 	<p>Уверенно развиты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наглядно-образное, ассоциативное, аналитическое мышление; - развитые каналы восприятия (зрительный, слуховой, сенсорный); - долговременная память; - чувство равновесия, координация движений; - развитая моторика и мышечная память; - музыкальный слух, чувство ритма, сценическая пластика; - трудолюбие, настойчивость, самостоятельность; - артистичность, эмоциональность; - переживание ситуации успеха; - скромность, чувство собственного достоинства, уверенность в себе. - толерантность к другим типам танцевальной культуры; - сценическая и зрительская культура.

Для **оценки результативности учебных занятий** применяются следующие виды и формы контроля.

Вид контроля	Форма контроля
Вводный контроль	Собеседование, наблюдение
Текущий контроль (по итогам занятий)	Собеседование, наблюдение, практическая работа, творческие задания
Тематический контроль (по итогам завершения каждой темы)	Собеседование, наблюдение, практическая работа, творческие задания, выступления

В конце каждого полугодия проводится **промежуточная аттестация**, выявляющая результативность обучения (собеседование, наблюдение,

практическая работа, творческие задания, выступления, участие в конкурсах и фестивалях).

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Календарный учебный график

Календарный учебный график является составной частью программы, содержащей комплекс основных характеристик образования и определяющей даты и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель, сроки контрольных процедур, и составляется для каждой учебной группы.

Методическое и информационное обеспечение программы

В процессе реализации программы применяются следующие **методы и приёмы обучения**:

- словесный (рассказ, беседа, объяснение, инструкция, чтение художественных произведений, чтение дополнительной и справочной литературы, пересказ детьми прочитанного);
- игровой (групповые игры и игровые упражнения);
- практический (тренинги, упражнения, этюды, творческие задания, репетиции, показы; сравнение показов, обсуждение);
- наглядный (работа с иллюстративным материалом, просмотр записей);

Формы занятий: групповые занятия, репетиции, участие в концертной деятельности, участие в фестивалях, конкурсах, смотрах.

Освоение детьми программного материала осуществляется в определенной последовательности, с постепенным продвижением, от простого к сложному, от знакомого к незнакомому, от развлекательного к занимательному.

Материально-технические условия реализации программы

Специализированный зал, зеркала, станки, музыкальный центр, компьютер (ноутбук), видеокамера, репетиционные и сценические костюмы, реквизит.

Литература.

1. Александрова Н.А., Голубева В.А. Танец модерн: Пособие для начинающих. - Спб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2007. - 128с.
2. Александрова Н.А., Макарова Н.В. Джаз танец. Пособие для начинающих: Учебное пособие. - Спб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. - 192с.
3. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. - М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006. - 253с.
4. Полятков С.С. Основы современного танца. - Ростов Н/Д.: Феникс, 2005. - 80с.
5. Никитин В.Ю. Модерн — джаз танец. Методика преподавания. - М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002. - 160с.
6. Диниц Е.В. Джазовые танцы. - М.: АСТ, 2002. - 62с.
7. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. - М.: Искусство, 1985. - 416с.
8. Джозеф С. Хавилер. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – ООО Издательство «Новое слово», ИД «Один из лучших», 2004 – 111 с.
9. Смирнова Александра. Джаз-класс. – М.: Век информации, 2020. - 228 с., ил. – ISBN – 978-5-906511-28-7
10. Шубарин В. А. Джазовый танец на эстраде: Учебное пособие. - Спб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 240 с.: ил. (+вклейка, 16 с.), (+DVD). – (Учебники для вузов. Специальная литература).
11. Тобиас М., Стюарт М. Растягивайся и расслабляйся: Пер. с англ. – М.: Физкультура и спорт, 1994. – 160 с., илл. ISBN 5-278-0569-6.
12. Юрченко А.Е., Таран А.О. Танец без границ. Выпуск первый. Курс методических пособий для преподавателей и студентов, изучающих хореографию. – Минск: ООО «Медисонт», 2015. – 68 с.
13. Никитин В.Ю., Кузнецов Е. А. Партерный тренаж. – М.: Век информации, 2018. – 260 с.: ил. - ISBN – 978-5-906511-20-1.
14. Никитин В.Ю. Джазовый танец. История. Методика. Практика. – М.: Аделика, 2016. – 316 с.: ил. - ISBN – 978-5-9903337-5-8.
15. Сергиенко В.В. Современный танец. Часть 1. Теоретические основы: учебное пособие / В.В. Сергиенко. – Орел: Орловский гом. ин-т культуры, 2020. – 134 с.
16. Базарова Н.П., Мэй В.П. Азбука классического танца. – Издательство «Лань», 2006.- 289 с.
17. Тарасов Н. И., Классический танец. - Спб.: Издательство «Лань», 2005.- 496 с.
18. Пасютинская В. Н. Волшебный мир танца. - Издательство «Просвещение», 1985.- 184 с.
19. Ваганова А.Я. Основы классического танца: Учебник. 5-е изд.-Л.:

- Искусство. 1980-192 с.
20. Костровицкая В. С. 100 уроков классического танца. — Л.: Издательство «Искусство», 1972. — 240 с.
 21. Вихрева Н. А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем. Москва-2004.
 22. Вихрева Н. А. Классический танец для начинающих. М.: Театралис, 2004. 112 с.
 23. Собинов Б. М. Танцующая гимнастика. — М., «Сов. Россия», 1972.
 24. Зайферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / Пер. с нем. В. Штакенберга. — 2-е изд., стер. - Спб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2015. — 128 с.: ил. — (Учебники для вузов. Специальная литература).

ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ

1. <http://dancehelp.ru> – Сайт помощи хореографам и танцорам.
2. <http://www.ballet-enc.ru/> – Интернет энциклопедия балета.
3. <http://www.world-of-dance.ru> – Интернет-энциклопедия танца.
4. <http://www.world-of-dance.ru> – Интернет-энциклопедия танца.
5. https://www.youtube.com/channel/UCGwWMWZSqIWHGE0NI79I_Hg - Bob Boros youtube канал.
6. <https://www.youtube.com/channel/UCDbGS0vFLxbdzv8SQIVGUPQ> - Школа танца online.