

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА ИРКУТСКА СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 55  
(МБОУ СОШ № 55 г. ИРКУТСКА)

---

664082, г. Иркутск, м-он Университетский, 33 тел./факс 36-83-20

СОГЛАСОВАНО

Председатель МС Елшина Л.А.  
протокол № 1 от 29.08.2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы Т.В. Машкова  
приказ № 01-09-166 от 31.08.2023г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
**«Новое поколение»**

**Адресат программы:** дети 7 -14 лет

**Срок реализации:** 1год

**Разработчик программы:**

**Раевская Екатерина Игоревна,**  
педагог дополнительного образования

г. Иркутск, 2023 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Содержание программы 1 год обучения (7-10 лет).....	5
3. Планируемые результаты.....	7
4. Учебный план.....	7
5. Учебно-тематическое планирование.....	7
6. Содержание программы 1 год обучения (11-14 лет).....	12
7. Планируемые результаты.....	16
8. Учебный план.....	16
9. Учебно-тематическое планирование.....	17
10. Оценочные материалы.....	22
11. Лист учета результатов промежуточной и итоговой аттестации учащихся.....	24
12. Методические материалы.....	24
13. Условия реализации программы.....	24
14. Список литературы.....	26

## **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеразвивающая программа разработана на основе нормативных документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, ст. 12,33,58,59,75;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008;
- Сан Пина 2.4.4.3172 – 14, утвержденного Постановлением №41 от 04.07.2014г;
- Письма службы по контролю и надзору в сфере образования Иркутской области «О структуре и содержании дополнительных общеразвивающих программ» от 14.04.2015г. №75-37-0768/15;
- Устава учреждения.

**Направленность программы** – художественная.

**Актуальность:** Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия хореографией не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. В сравнении с музыкой, пением, изобразительным искусством, имеющее свое постоянное место в сетке школьного расписания, танец, несмотря на усилия, хореографов, психологов, искусствоведов так и не смог войти в число обязательных предметов образования школьника.

Между тем хореография как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

**Отличительные особенности программы:** Образовательная программа «Новое поколение» ориентирует педагогов на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Данная программа знакомит учащихся с характером, стилем и манерой различных танцевальных направлений. Уделяется внимание работе в паре, импровизации.

**Адресат программы:** Программа рассчитана на детей: от 7 до 14

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Форма обучения:** очная, групповая.

**Режим занятий:** 1 год обучения (7-10лет) - 3 раза в неделю по 1.5 учебных часа.

1 год обучения (11-14лет) – 3 раза в неделю по 1.5 учебных часа.

**Цель:** создание условий для развития творческих и физических способностей ребенка средствами искусства танца.

**Задачи:**

**обучающие:**

- Приобщение детей к искусству хореографии.
- Изучение терминологии искусства в целом и хореографии в частности.
- Привить основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе.

**воспитательная:**

- Воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощенности и творчества в движениях.
- Воспитание умения понимать и ценить красоту и совершенство танцевального наследия.
- Воспитания национального самосознания.
- Воспитание выносливости, выдержки, дисциплины.
- Воспитание трудолюбие, терпения, навыков общения в коллективе.

**развивающая:**

- Развитие всего организма учащегося, в частности его двигательного аппарата.
- Развитие танцевальных данных (выворотности, гибкости, прыжка, шага, устойчивости и координации).
- Развитие техники исполнительского мастерства.
- Развитие у учащихся таких качеств как выразительность и танцевальность.
- Развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.

Развитие умений и способностей применять полученные знания в своей практической деятельности.

**Объём программы:** 1 год: 306 часов.

# Содержание программы

## 1 год обучения (7-10лет)

### Раздел 1. Вводное занятие.

Что такое танец?

Инструктаж по технике безопасности.

### Раздел 2. Экзерсис на середине зала.

1. Позиции рук, ног, положение корпуса, точки класса
2. Основные элементы танца:
  - Марш
  - Наклоны
  - прыжки
  - швейная машинка
3. Классический танец:
  - Demi plie по I и II позициям
  - battement tendu, jete, по VI и I позициям
  - releve
  - I Port de bras
4. Современный танец:
  - Позиции рук, ног
  - Roll down, roll up
  - Flat back
  - Перекаты (сидя, лежа)
  - Кувырки
  - Свинги (руками, ногами, с корпусом, сидя на полу, лежа на спине)
  - Demi plie по I и II позициям
  - battement tendu, по VI и I позиции
5. Изучение танцевальных комбинаций:
  - Комбинация «Марш»
  - Комбинация «Наклоны»
  - Комбинация «Прыжки»
  - Комбинация «Швейная машинка»
  - Комбинация «plie» в классическом танце
  - Комбинация «Tendu» в классическом танце
  - Комбинация на координацию рук и ног
  - Комбинация №1 из классического этюда
  - Комбинация №2 из классического этюда
  - Комбинация «позиции рук»
  - Комбинация «roll down»
  - Комбинация «перекаты»
  - Комбинация «свинги»
  - Комбинация «plie» в современном танце

## Комбинация «Tendu» в современном танце

### Раздел 3. Упражнения по диагонали

#### 1. Основные движения по одному и в паре:

Марш, бег, подскок, галоп, полька, танцевальный шаг

Вращение

колесо

Обезьянка

паучек

перекат с отжиманием

прыжки на руки с поджатыми ногами

#### 2. Танцевальные комбинации:

Комбинация «полька»

Комбинация «перекаты»

Комбинация «падебуре»

Комбинация «свинги»

### Раздел 4. Партерный экзерсис

#### 1. Упражнения на развитие подъема стопы, выворотность

#### 2. Упражнения на закачку мышц:

Подъем затянутой ноги

Планка

Отжимания

Баланс

Пресс

Ножницы

Лодочка

#### 3. Упражнение на развитие гибкости

Складка

Лягушка

Продольный, поперечный шпагат

Колечко

Корзинка

Мост

### Раздел 5. Координация и рисунки в танце

Особое место при создании танца отводится рисунку, без него художественный образ будет выглядеть неполноценным.

1. Линейные фигуры танца (линия, диагональ, колонна)

2. Круговые фигуры танца ( круг, полукруг)

3. Шахматный порядок

4. Клин

5. Перестроения в игровой форме

6. Координация в пространстве

### Раздел 5. Этюд, танец.

Соединение ранее выученных комбинаций в танцевальный номер. Отработка постановки до синхронности движений с учетом проявления эмоционального характера.

1. Классический этюд
2. Современный танец

### **Раздел 6. Контрольные уроки**

Демонстрация знаний и умений за прошедшее полугодие перед родителями, преподавателями.

### **Планируемые результаты**

К концу **первого** года обучения учащиеся:

**Должны знать:** термины народного танца, соответствующие изученному материалу.

**Должны уметь:** правильно исполнять различные упражнения, ориентироваться в пространстве.

Самостоятельный показ изученных танцевальных комбинаций, показ изученного этюда, танца.

### **Учебный план 1 год обучения**

№	Название разделов программы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводные занятия	3	3	
2.	Экзерсис на середине зала	45		45
3.	Упражнения в продвижении	15		15
4.	Партерный экзерсис	12		12
5.	Координация, рисунки в танце	7.5		7.5
6.	Танцевальный этюд, номер	33		33
	Актерское мастерство	6		6
	Повторение изученного материала.	27		27
7.	Контрольные уроки	4.5		4.5
	<b>Итого.</b>	<b>153</b>	<b>3</b>	<b>150</b>

### **Учебно-тематическое планирование**

№п п	содержание	Общее количество часов по теме	
		теоретических	практических
	<b>Сентябрь</b>		
1	<b>Вводное занятие.</b>	1.5	

	Инструктаж по технике безопасности. Правила дорожного движения, здоровый образ жизни. Что такое танец.		
2	<b>Экзерсис на середине зала.</b> Позиции рук, ног, положение корпуса. Точки класса.		1.5
3.	Основные движения танца		1.5
4.	Основные движения танца		1.5
5	Танцевальные комбинации На основе изученного материала.		1.5
6	Комбинация «Марш», «Бег»		1.5
7	Комбинация «Бег»		1.5
8	Комбинация «Прыжки»		1.5
9	<b>Упражнения в продвижении.</b> Марш, бег, подскок.		1.5
10	Галоп, полька		1.5
11	Комбинация Полька		1.5
12	Комбинация бег		1.5
	<b>Октябрь</b>		
1	<b>Экзерсис на середине зала.</b> Классический экзерсис, I port de bras		1.5
2	Demi plie по I и II позиции		1.5
3	Bettement tendu по VI и I позициям		1.5
4	Комбинация «Demi plie»		1.5
5	Комбинация «Bettement tendu»		1.5
6	<b>Партерный экзерсис.</b> Упражнения на закачку мышц, развитие стопы, гибкость		1.5
7	Упражнения на закачку мышц, развитие стопы, гибкость		1.5
8	Упражнения на закачку мышц, развитие стопы, гибкость		1.5



9	<b>Ориентация в пространстве, координация.</b> Изучение рисунков, перестроения. Координация рук и ног		1.5
10	Изучение рисунков, перестроения		1.5
11	Координация рук и ног		1.5
12	Координация рук и ног		1.5
	<b>Ноябрь</b>		
1	<b>Этюд.</b> Разучивание комбинации		1.5
2	Разучивание комбинации		1.5
3	Разучивание комбинации		1.5
4	Разучивание комбинации		1.5
5	Комбинация в продвижении «полька»		1.5
6	Комбинация в продвижении «полька»		1.5
7	<b>Актерское мастерство</b> Манера танцевального этюда, работа с эмоциями		1.5
8	<b>Этюд.</b> Соединение комбинаций в этюд		1.5
9	Разучивание классического этюда.		1.5
10	Разучивание классического этюда		1.5
11	Отработка этюда.		1.5
12	Отработка этюда		1.5
	<b>Декабрь</b>		
1	<b>Экзерсис на середине.</b> Работа в паре.		1.5
2	Работа в паре.		1.5
3	<b>Упражнения в продвижении.</b> Работа в паре.		1.5
4	Работа в паре.		1.5
5	<b>Партерный экзерсис.</b> Упражнения на гибкость		1.5
6	Упражнения на гибкость		1.5

7	<b>Этюд.</b> Повторение этюда		1.5
8	Повторение этюда		1.5
9	Повторение этюда		1.5
10	Повторение изученного материала.		1.5
11	Повторение изученного материала.		1.5
12	<b>Контрольный урок</b>		1.5
<b>Январь</b>			
1	<b>Экзерсис на середине зала.</b> Позиции рук, ног в современном танце.		1.5
2	Основные движения современного танца.		1.5
3	Основные движения современного танца.		1.5
4	Основные движения современного танца.		1.5
5	Основные движения современного танца.		1.5
6	Основные движения современного танца.		1.5
7	Комбинация «Roll down»		1.5
8	Комбинация «перекаты»		1.5
9	Комбинация «Свинги»		1.5
10	<b>Упражнения в продвижении.</b> Колесо, обезьянка		1.5
11	Паучек, перекаты, вращения.		1.5
<b>Февраль</b>			
1	<b>Экзерсис на середине</b> На основе движений современного танца		1.5
2	Комбинация «Plie»		1.5
3	Комбинация «Tendu»		1.5
4	Комбинация в продвижении		1.5
5	Комбинация в продвижении		1.5
6	<b>Партерный экзерсис.</b> Акробатические элементы		1.5

7	Акробатические элементы		1.5
8	<b>Танец.</b> Изучение танца в современном стиле.		1.5
9	Изучение танца в современном стиле.		1.5
10	Изучение танца в современном стиле.		1.5
11	Изучение танца в современном стиле.		1.5
	<b>Март</b>		1
1	<b>Вводное занятие.</b> Техника безопасности на сцене, ЗОЖ, Безопасность в интернете.	1.5	
2	<b>Танец.</b> Повторение танца		1.5
3	Повторение танца		1.5
4	Повторение танца		1.5
5	Повторение танца		1.5
6	<b>Актерское мастерство.</b> Эмоциональная наполненность номера.		1.5
7	Эмоциональная наполненность номера.		1.5
8	Эмоциональная наполненность номера.		1.5
9	Подготовка к конкурсам.		1.5
10	Подготовка к конкурсам.		1.5
11	Подготовка к конкурсам.		1.5
	<b>Апрель</b>		
1	<b>Экзерсис на середине.</b> Повторение пройденного материала за год.		1.5
2	Повторение пройденного материала за год.		1.5
3	Повторение пройденного материала за год.		1.5
4	<b>Упражнения в продвижении.</b> Повторение пройденного материала за год.		1.5
5	Повторение пройденного материала за год.		1.5
6	<b>Партерный экзерсис.</b> Повторение пройденного материала за год.		1.5

7	<b>Танец.</b> Повторение танца, подготовка к конкурсам.		1.5
8	Подготовка к отчетному концерту		1.5
9	Подготовка к отчетному концерту		1.5
10	Подготовка к отчетному концерту		1.5
11	Подготовка к отчетному концерту		1.5
12	Отчетный концерт.		1.5
	<b>Май</b>		
1	Повторение изученного материала за год.		1.5
2	Повторение изученного материала за год.		1.5
3	Повторение изученного материала за год.		1.5
4	Подготовка к конкурсам и концертам		1.5
5	Подготовка к конкурсам и концертам		1.5
6	Подготовка к конкурсам и концертам		1.5
7	Подготовка к контрольному уроку.		1.5
8	Подготовка к контрольному уроку.		1.5
9	Подготовка к контрольному уроку.		1.5
10	<b>Контрольный урок</b>		1.5

## 1 год обучения (11-14 лет)

### Классический танец.

**Раздел 1. Вводное занятие.** Инструктаж по технике безопасности.

История развития классического танца.

**Раздел 2. Экзерсис у станка.**

Позиции ног – I, II, III, V

Положения *epaulement croisee et epaulement effasee*

*Demi et grand plie* I, II и V позициям у станка

*Battement tendu* по I и V позициям в направлениях: в сторону, вперед, назад у станка

*Battements tendus pour le pied*

*Pique*

Battement tendu jete по I и V позициям в направлениях: в сторону, вперед, назад у станка

Rond de jambe par terre на plie, «обводка»

Положение sur le cou-de-pied (условное, обхватное и сзади)

Положение passe

Battement foundu в сторону (во втором полугодии вперед и назад)

Battement frappe в сторону (во втором полугодии вперед и назад)

Adagio из V позиции в сторону, вперед и назад одной рукой за станок (в зависимости от уровня подготовки детей)

Battements releves lents на 900 и battements developpes на 900

Grand battement jete из V позиции в сторону, вперед и назад одной рукой за станок (в зависимости от уровня подготовки детей)

Temps lie glisse

### **Раздел 3. Экзерсис на середине зала.**

Все упражнения экзерсиса у станка по мере возможности переносятся на экзерсис на середине зала

II port de bras. Во втором полугодии – III port de bras (в зависимости от уровня подготовки детей)

Arabescques I, II из V позиции (носком в пол по усмотрению педагога)

Temps leve saute по I, II и V позициям

Pas echarpe во II позицию

Changement de pied

Pas assemble в сторону

Pas de chat с согнутыми ногами

Pas glissade

Сценический sissone

Tour chaine в продвижении по диагонали

Подготовка к tour pique

### **Раздел 4. Этюд танец.**

Соединение ранее выученных комбинаций в танцевальный номер. Отработка постановки до синхронности движений с учетом проявления эмоционального характера.

1. Этюд в классическом танце.
2. Классический танец.

### **Народный танец.**

**Раздел 1. Вводное занятие.** История развития народного танца.

**Раздел 2. Экзерсис у станка.**

1. Полуприседания.
2. Упражнения на подвижность стопы.
3. Маленькие броски

4. Круговые движения по полу
5. Дробные выстукивания по I прямой позиции.
6. Подготовка к веревочке на полупальцах. С двойным ударом, с переступанием.

### **Раздел 2. Упражнения на середине зала.**

6. Позиции рук, ног, положение, перегибы корпуса
7. Основные элементы русского народного танца:
  - Гармошка
  - Ковырялочка
  - Моталочка
  - Припадание
  - Веревочка
  - Дробные выстукивания
  - Подготовка к вращению
8. Изучение танцевальных комбинаций:
  - Комбинация «моталочка»
  - Комбинация «ковырялочка»
  - Комбинация «ковырялочка моталочка»
  - Комбинация «припадание»
  - Комбинация «веревочка»

### **Раздел 3. Упражнения по диагонали**

3. Русский ход
4. Переменный шаг, шаг на полупальцах, с руками
5. Бег, подскок
6. Припадание
7. Дробные выстукивания
8. Вращение

### **Раздел 5. Координация и рисунки в танце**

Особое место при создании танца отводится рисунку, без него художественный образ будет выглядеть неполноценным.

1. Прочес
2. Дозадо
3. Змейка

### **Раздел 6. Этюд, танец.**

Соединение ранее выученных комбинаций в танцевальный номер. Отработка постановки до синхронности движений с учетом проявления эмоционального характера.

3. Этюд в характере Белорусского танца.
4. Танец в характере Казачьего танца

### **Раздел 7. Контрольные уроки**

Демонстрация знаний и умений за прошедшее полугодие перед родителями, преподавателями.

## **Современный танец.**

### **Раздел 1. Вводное занятие.**

История развития современного танца.

### **Раздел 2. Упражнения на середине зала.**

Проучивание выворотных позиций ног

Проучивание понятия – квадрат

Проучивание понятия – восьмерка.

Использование разно ритмических музыкальных произведений при исполнении движений.

Demi и grand-plie:

По выворотным 1,2 позициям;

Перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и, наоборот, во время исполнения demi и grand-plie;

Изменение динамики исполнения: быстро, медленно;

Соединение с releve.

Battement tendu:

1)Исполнение по выворотным позициям

2)Перевод из параллельного в выворотное и наоборот;

3)Исполнение с сокращенной стопой (flex).

Grand battement tendu

Исполнение по параллельным позициям;

Исполнение по выворотным позициям

Прыжки по выворотным позициям

### **Раздел 3. Упражнения для развития подвижности позвоночника.**

Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя.

Изучение curve, arch, .

Изучение side stretch.

Изучение волны и сброса корпуса

### **Раздел 4. Упражнения в партере.**

Contraction, release на четвереньках.

Bodyroll в положении круазе сидя.

Усложнения переката сидя

Усложнения переката лёжа

Изучение переката через живот

Изучение позы свастика

Переворот солнышко

Изучение 4х точек опоры

Изучение слайдов

### **Раздел 5. Упражнения stretch-характера (растяжка).**

Упражнения stretch-характера направленные на растяжение мышц ног, на проработку выворотности ног с элементами закачки

Упражнения, направленные на растяжение и силу мышц спины с элементами закачки

Введение акробатических элементов:

Выход на большой мостик из положения стоя;

Стойка на локтях

Стойка на руках

Переворот в мостик

### **Раздел 6. Передвижение (cross).**

Шаги: tapstep; camelwalk; sugarleg.

Слайды

Grandbattement на полупальцах.

Прыжки: с одной ноги на другую с продвижением (leap). , с вытяжением ноги, с пасае, с поворотаом, Grand jete

Вращения: с passé, циркуль,

Партерная часть

Выход на руки

### **Раздел 7. Импровизация.**

Импровизация

Контактная импровизация

Элементы партнеринга

### **Раздел 8. Этюд, танец.**

1. Современный танец.

## **Планируемые результаты**

К концу **первого** года обучения учащиеся:

**Должны знать:** историю возникновения Классического, Народного, Современного танцев. Методику исполнения движений у станка; методику исполнения движений на середине зала.

Основные движения, соответствующие изученному материалу.

**Должны уметь:** правильно исполнять упражнения различных направлений танца, ориентироваться в пространстве, работать в паре.

Самостоятельный показ изученных танцевальных комбинаций, показ изученного этюда, танца.

## **Учебный план 2 год обучения**

№	Название разделов программы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Классический танец	50	1	49
2.	Народный танец	50	1	49
3.	Современный танец	50	1	49
4.	Контрольные уроки	3		3
	Итого.	153	3	150



## Учебно-тематическое планирование

№п п	содержание	Общее количество часов по теме	
		теоретических	практических
<b>Сентябрь</b>			
1	<b>Классический танец.</b> <b>Вводное занятие.</b> Инструктаж по технике безопасности. История возникновения классического танца Позиции рук, ног, положение корпуса.	1	05
2	<b>Экзерсис у станка.</b> Demi et grand plie в классическом танце..		1.5
3	Battement tendu по I и V позиции.		1.5
4	Battement tendu pour le pied		1.5
5	Pique		1.5
6	Battement tendu jete по I и V позиции.		1.5
7	Rond de jamb par terre на плие с обводкой		1.5
8	Battement fondu крестом		1.5
9	Battement frappe в сторону. Adagio из V позиции		1.5
10	Battements releve lents		1.5
11	Grand battement jete		1.5
12	Adagio из V позиции		1.5
<b>Октябрь</b>			
1	<b>Экзерсис на середине.</b> Demi et grand plie		1.5
2	Battement tendu по I и V позиции.		1.5
3	Battement tendu jete по I и V позиции.		1.5
4	Rond de jamb par terre на плие с обводкой		1.5
5	Port de bras		1.5
6	Temps leve sautte по I II V позиции		1.5

7	Arabesques I, II из V		1.5
8	Pas echappe		1.5
9	<b>Этюд.</b> Changement de pied Этюд		1.5
10	Pas assemble в сторону. Этюд		1.5
11	Pas de chat с согнутыми ногами. Этюд		1.5
12	Pas glissade. Этюд		1.5
	<b>Ноябрь</b>		
1	Сценический sissone. Этюд		1.5
2	Tour chaine в продвижении по диагонали. Этюд		1.5
3	Подготовка к tour riqne. Этюд		1.5
4	<b>Танец.</b> Классический танец		1.5
5	Классический танец		1.5
6	Классический танец		1.5
7	Классический танец		1.5
8	Классический танец		1.5
9	Классический танец		1.5
10	Повторение изученного материала.		1.5
11	Повторение изученного материала.		1.5
12	<b>Контрольный урок</b>		1.5
	<b>Декабрь</b>		
1	<b>Вводное занятие.</b> Правила дорожного движения, здоровый образ жизни. Введение в мир народного танца	0.5	1
2	<b>Экзерсис у станка.</b> Полуприседания		1.5
3	Упражнения на подвижность стопы. Маленькие броски.		1.5

4	Круговые движения по полу.		1.5
5	Дробные выстукивания по I прямой позиции, Подготовка к веревочке на полупальцах.		1.5
6	<b>Упражнения на середине.</b> История русского народного танца. Позиции рук, ног, положение корпуса. Port de bras	0.5	1
7	Гармошка, комбинация с руками		1.5
8	Ковырялочка, в повороте, с притопом		1.5
9	Комбинация ковырялочка		1.5
10	Моталочка, по точкам		1.5
11	Комбинация моталочка, ковырялочка		1.5
12	Комбинация припадание		1.5
<b>Январь</b>			
1	Подготовка к веревочке. Вевочка		1.5
2	Комбинация веревочка.		1.5
3	Дробные выстукивания		1.5
4	Подготовка к вращению		1.5
5	Танцевальная комбинация в лирическом характере.		1.5
6	Танцевальная комбинация в лирическом характере.		1.5
7	<b>Упражнения по диагонали.</b> Русский ход, ход на полупальцах		1.5
8	Переменный шаг, шаг с притопом, с руками.		1.5
9	Бег, подскок <b>Этюд.</b>		1.5
10	Припадание по диагонали. Этюд		1.5
11	Дробные выстукивания по диагонали. Этюд		1.5
12	Вращение по диагонали. Этюд		1.5

	<b>Февраль</b>		
1	<b>Рисунки в танце.</b> Линейные, круговые		1.5
2	<b>Танец.</b> Русский танец		1.5
3	Русский танец		1.5
4	Русский танец		1.5
5	Русский танец		1.5
6	Русский танец		1.5
7	Русский танец		1.5
8	Русский танец		1.5
9	Русский танец		1.5
10	Повторение изученного материала.		1.5
11	Повторение изученного материала.		1.5
12	<b>Контрольный урок</b>		1.5
	<b>Март</b>		
1	<b>СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ</b> <b>Вводное занятие.</b> История развития.	1	0.5
2	<b>Экзерсис на середине.</b> Позиции рук, ног, понятия квадрат, восьмерка		1.5
3	Demi et grand plie		1.5
4	Battement tendu , jete		1.5
5	Rond de jamb par terre		1.5
6	Основные движения.		1.5
7	Основные движения		1.5
8	<b>Упражнения для позвоночника.</b> Contraction, release		1.5
9	Curve, arch		1.5
10	<b>Упражнения в партере.</b> body roll		1.5

11	Четыре точки опоры, свастика, слайды		1.5
12	свастика, слайды		1.5
	<b>Апрель</b>		
1	Перекаты		1.5
2	Переворот солнышко		1.5
3	<b>Упражнения stretch-характера.</b> Закачка мышц, растяжка.		1.5
4	Закачка мышц, растяжка.		1.5
5	Закачка мышц, растяжка.		1.5
6	<b>Передвижение (cross)</b> Шаги		1.5
7	Прыжки		1.5
8	Слайды		1.5
9	Grand battement на полупальцах		1.5
10	Вращения		1.5
11	<b>Импровизация.</b> Контактная импровизация.		1.5
12	Элементы партнеринга.		1.5
	<b>Май</b>		
1	<b>Танец.</b> Современный танец		1.5
2	Современный танец		1.5
3	Современный танец		1.5
4	Современный танец		1.5
5	Современный танец		1.5
6	Современный танец		1.5
7	Современный танец		1.5
8	Современный танец		1.5
9	Современный танец		1.5
10	Повторение изученного материала.		1.5




**Критерии:**

**Уровень прохождения промежуточной (итоговой) аттестации:**

**Высокий** – справился самостоятельно, задание выполнил в полном объеме (оценка 8-10 баллов)

**Допустимый** – справился с помощью педагога (учащихся группы), задание выполнил в полном объеме (оценка 5-7 баллов)

**Минимальный** – постоянно требовалась помощь педагога, задание в полном объеме не выполнено или допущено много ошибок (оценка 1-4 баллов)

**Уровень освоения учащимися содержания образовательной программы за первое полугодие (год) учебного года в соответствии с уровневыми характеристиками:**

**Критерии для заполнения колонки №4**

Уровневые характеристики освоения учащимися содержания образовательной программы	Минимальный	Не владеет в полном объеме знаниями, умениями и навыками по своему виду деятельности согласно образовательной программе. Испытывает затруднения с применением знаний на практике. Презентация результатов образовательной деятельности на уровне учреждения или учебного объединения отсутствует (за период 2023-2024 уч.года).
	Допустимый	Владеет знаниями, умениями и навыками по определенному виду деятельности согласно образовательной программе, но не всегда может применить их на практике. В команде является исполнителем. Стремится к познанию основ культуры жизни и творчества. Результаты личностных достижений представлены на уровне объединения или учреждения (за период 2023-2024 уч.года).
	Высокий	Владеет в полном объеме знаниями, умениями и навыками по определенному

		виду деятельности согласно программе и применяет их на практике. Умеет работать в команде, создавать и реализовывать проекты. Строит свою жизнь по законам гармонии, красоты и здоровья. Владеет основами культуры жизни и творчества. Представляет результаты образовательной деятельности на окружном и муниципальном уровнях (за период 2023-2024 уч.года) .
	Оптимальный	Результаты образовательной деятельности представлены учащимся на областном, региональном, федеральном и международном уровнях (победитель, призер, лауреат, дипломант) (за период 2023-2024 уч.года) .

### **Методические материалы**

#### **Методические виды продукции:**

- инструкции по технике безопасности в танцевальном классе.

#### **Дидактические материалы:**

- специальная литература;
- наглядно-иллюстративный материал, видеоматериал,

**Организация** и проведение занятия включает следующие структурные элементы:

- проветривание кабинета перед занятием
- инструктажи: вводный – проводится перед началом занятия, текущий – во время выполнения упражнения;
- практическая работа;
- подведение итогов, анализ, оценка занятия;
- проветривание кабинета после занятия.

### **Условия реализации программы**

#### **Для реализации программы необходимо следующее:**

- Просторный, хорошо проветриваемый хореографический класс
- зеркала в полный рост взрослого человека.
- аудиоматериал
- единая форма для занятий.



### **Список литературы:**

1. horeograf.com Виртуальный методический центр для хореографов <https://vk.com/clubhoreograf> [электронный ресурс]
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка). – М.: ВЛАДОС, 2002. – 207 с.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала). – М.: ВЛАДОС, 2004. – 207 с.

4. Ткаченко Т. Народный танец. – М.: Искусство, 1967. – 654 с
5. Борзов А. Танцы народов мира. – М., 2006
6. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника». Издательство«Один из лучших», Москва 2004г.
7. ПолятковС.С. «Основы современного танца», Москва 2010г.
8. Есаулов И.Г. «Устойчивость и координация в хореографии», Иж.: Удмуртский университет, 2007г.
9. Базарова Н.П. Мей В.П. «Азбука классического танца». Издательство «Лань»,Москва 2006г.
- 10.Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Л. – М.: Искусство, 2014.
- 11.Нельсон А., Кокконен Ю. Анатомия упражнений на растяжку. - Попурри, Москва. – 2019
- 12.Уокер Брэд. Анатомия стрейчинга. – Эксмо, 2019.