

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА  
г. МУРАШИ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОКУ ДО ДДТ г. Мураши  
\_\_\_\_\_ Кононова И.Н.

Приказ № 31 от 13. 09. 2019 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Хореографический коллектив  
«Задумка»**

**художественная направленность**

**Срок реализации: 6 лет**

**Возраст детей: 7 - 18 лет**

Автор - составитель:

Медведева Наталья Викторовна,  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории

Мураши  
2019

### Пояснительная записка

Искусство хореографии - явление общечеловеческое, имеющее многовековую историю развития. В его основе происхождения лежит потребность человека выразить свои эмоции средствами пластики. На занятиях хореографического коллектива "Задумка" создаются условия для восприятия детьми окружающих явлений с помощью движений. Гибкость и пластика движений даёт ребёнку свободу для ответных реакций на разнообразные ситуации, позволяет выражать эмоции снимать напряжение, помогает реализовать созданные в голове образы. Фантазия в движениях способствует лучшему познанию мира, самораскрытию и самосовершенствованию личности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе нормативно-правовых документов и рекомендаций: письмо Минобразования России от 18.06.03 г. № 28 – 02 – 484 /16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей», письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06 – 1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей», Закон РФ «Об образовании», Устав Учреждения. В основе модифицированной общеобразовательной общеразвивающей программы лежит программа Министерства Просвещения РСФСР для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ по предмету «Хореографический кружок» 1988 г. В работе используется передовой опыт, накопленный педагогами-практиками и нетрадиционные материалы (интегрированная творческая программа дополнительного образования для детей 6 – 12 лет «Танец – союз творчества и эстетики»). Данная образовательная программа относится к художественной направленности.

Программа способствует развитию эмоционального восприятия музыки посредством отображения в движении её характера, темпа, динамики и других средств музыкальной выразительности. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно-сценического и историко-бытового танца. Программа каждого года обучения включает в себя некоторые общие разделы: музыкальная грамота, ритмика, элементы классического, народно-сценического танцев, партерная гимнастика, репетиционная и постановочная работа. На занятиях по разделу **«Музыкальная грамота»** дети младшего школьного возраста развивают музыкальный слух, память, чувство ритма, формируют художественный вкус. Раздел **«Ритмика»** служит задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки ребёнка, укрепляют мышцы, благотворно действуют на работу органов дыхания. На первых этапах изучения данного раздела следует выделить движения ног, так как импульсы от движения ног получает всё тело. Для детей этого возраста характерны специфические психологические особенности (рассеянное внимание, утомляемость, быстрая усталость), поэтому ритмика, а это частое чередование одного движения с другим, смена музыкального темпа,

настроения делает занятие не скучными, а насыщенными и интересными. Танцевальные особенности детей следует развивать в равной степени, работая над движениями рук, ног, головы, корпуса. **Раздел «Классический танец»** способствует технической разработке каждого движения в отдельности, а затем и в их соединении. В младших группах проучивание экзерсиса начинается в положении ребёнка лицом к палке. Здесь закладывается основное развитие мускулов, эластичности связок. Обязательно надо следить за тем, чтобы дети не делали ничего машинально, а следили за музыкой и точностью отработки, а затем и исполнения конкретного движения. Экзерсис у станка является основой первоначальных движений танца. Техническое мастерство исполнения достигается систематическим повторением одного движения значительное число раз. В средних и старших группах проделывается весь тот экзерсис, что и в младших группах, но с учётом того, что техника исполнения уже лучше. Темп берётся значительно быстрее, усложняется комбинация. Классический станок способствует развитию устойчивости корпуса-стержня, т.е. умения держать мышцы спины. Умение держать спину-стержень – это залог успеха в исполнении сложных танцевальных движений. В средних и старших группах экзерсис выносится на середину (частично) и комбинируется уже из выученных движений у станка. Когда у детей ноги правильно поставлены, развита и укреплена ступня, укреплены мышцы спины, можно приступить к разучиванию прыжков. Достижение в классическом экзерсисе полной координации всех движений заставляет в дальнейшем воодушевлять движения танца настроением, т.е. придать им ту выразительность, которая называется артистичностью. (А.Я. Ваганова). К движениям экзерсиса **народно-сценического танца** можно приступать только после тренировочных упражнений по усвоению основ классического танца. Сочетать на одном занятии элементы классического и народно-сценического экзерсиса не следует. Экзерсис народно-сценического танца требует наличия специальной сценической обуви на ногах детей. Движения у станка строятся на комбинациях танцев разных народов (русский, венгерский, татарский и т.д.), выносы ноги на каблук, удары ноги в пол, дробы. Всё это удобно делать только в сценических туфлях. Педагог должен обязательно указать в расписании занятий, когда каким станком будут заниматься дети. В занятиях народно-сценического танца особое внимание надо уделить правильной постановке рук. Дети должны чётко различать положение рук в позиции (народно-сценического экзерсиса или классического). В танце начинается у детей работа над образом, раскрывается их артистичность. Когда руки и корпус ребёнка поставлены, можно приступить к разучиванию круток диагональных и на середине, после того как они схематично были отработаны у станка. Правильно выстроенное, интересное занятие у станка, растанцовки на середине, вариации разных круток с ускоренным темпом музыки поднимают эмоциональный настрой у детей, вызывают желание лучше работать. **Постановочная работа** определяет творческое и исполнительское лицо коллектива. Выбору постановки танцевального

номера придаётся соответственное значение. Исполнительский репертуар подбирается с учётом его воспитывающего и обучающего воздействия на личность участников танцевального коллектива. Каждая постановочная работа в процессе её развития и конечном результате должна ориентироваться на формирование художественных взглядов и представлений воспитанников. Важнейшей задачей педагога в процессе постановочной работы является воспитание у участников творческой дисциплины и сознательности, без чего невозможно добиться каких-либо успехов. Основные этапы последовательности подхода к постановочной работе:

1. Дать общую характеристику танца:
  - а) рассказать о быте, обычаях народа (если танец народный);
  - б) рассказать сюжет танца.
2. Слушание музыки и её анализ (характер, темп, рисунки музыкальных фраз).
3. Работа над образом: характер образа, специфики поз (руки, корпус, голова).
4. Разучивание движений танца.

При разучивании движений танца с детьми хорошие результаты даёт метод, при котором они повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога, и лишь затем исполняют движения самостоятельно. Движения не должны быть чисто техническими и исполняться механически, каждое движение должно «дышать», дыхание движения – это и есть выразительность и артистичность. Занятия **партерной гимнастикой** повышают гибкость суставов, улучшают эластичность мышц и связок, вырабатывают силу мышц, способствуют исправлению некоторых недостатков корпуса, ног, стоп, помогают выработать выворотность ног, снизить физическую и нервную нагрузку. Большое значение в партерных упражнениях, как и в упражнениях на растяжку, имеет дыхание (глубокое и ровное дыхание; вдох через нос, выдох через рот). **Репетиционная работа** предполагает овладение приёмами актёрского мастерства, работу с реквизитом, подготовку к концертам, предполагающую смешанный состав групп.

Данная программа тренирует и развивает память, мышление, активность, наблюдательность, целеустремлённость, логику, интуицию. Творчество связано с самостоятельным действием, с умением оперировать знаниями, навыками, применять их в новых видах практики.

**Цель программы** - развитие личности ребёнка, способность к творческому самовыражению через овладение основами хореографии.

Для достижения этой цели требуется выполнение **следующих основных задач:**

**Образовательные:**

- А) Открывать для детей искусство танца.
- Б) Формировать систему знаний, умений, навыков по основам хореографии.

**Развивающие:**

- А) Развивать интерес к танцевальному искусству.
- Б) Развивать физические возможности тела и корректировать недостатки телосложения.
- В) Выявлять и развивать потенциал и способности и потребности каждого ребёнка.

**Воспитательные:**

- А) Приобщать ребёнка к здоровому образу жизни и гармонии тела.
- Б) Помогать ребёнку адаптироваться и найти своё место в коллективе.
- В) Воспитывать духовно – нравственные качества личности.

Программный материал рассчитан на детей 7 - 18 лет.

Срок реализации программы - 6 лет.

**Формы реализации деятельности:**

- парная;
- групповая;
- фронтальная;
- индивидуальная;
- подгрупповая

**Форма организации учебно-воспитательной работы:**

- занятие изучения нового материала;
- занятие применения теоретических знаний на практике;
- занятие систематизации изученного материала;
- комбинированное занятие;
- контрольное занятие;
- открытое занятие;

Программой предусмотрено использование цифровых образовательных ресурсов.

**Режим занятий:**

- первый, второй, третий года обучения: 144 часа в год - 2 раза в неделю по 2 часа,
- четвёртый, пятый и шестой года обучения: 216 часов в год - 2 раза в неделю по 3 часа (3 раза в неделю по 2 часа).

Возможна реализация программы по другой часовой сетке в зависимости от контингента учащихся.

**Ступени обучения в хореографическом коллективе «Задумка»**

**1 ступень:** младшая группа (1 – 2 год обучения):

- учащиеся 1 класса общеобразовательной школы;
- учащиеся 2 класса общеобразовательной школы.

**2 ступень:** средняя группа (3 – 4 год обучения):

- 3 – 5 классы общеобразовательной школы.

**3 ступень:** старшая группа (5 – 6 год обучения):

- 6 – 11 классы общеобразовательной школы.

### **Тематика постановочных работ:**

#### **1 ступень:**

- детские танцы
- сюжетные танцы по мотивам народных игр, забав
- образные танцы (изображают игрушки, животных, любимых героев из мультфильмов)

#### **2 ступень:**

- народный стилизованный танец
- народно-сценический танец
- танцы народов мира

#### **3 ступень:**

- народно-сценический танец
- модерн-танец
- сольные танцы

### **Ожидаемый результат:**

Воспитанники *после первого года* обучения **должны знать:**

- определения движений на французской терминологии, правила их исполнения,
- позиции рук и ног в классическом танце,
- музыкальные длительности и размеры 2/4, 3/4, 4/4.

Воспитанники *после первого года* обучения **должны уметь:**

- различать долю в музыке её темп и характер,
- исполнять различные виды шагов, бег,
- перестраиваться количественно и в пространстве,
- выполнять предусмотренные программой упражнения классического тренажа, современного танца и партерной гимнастики.

Воспитанники *после второго года* обучения **должны знать:**

- французскую терминологию изученных движений классического танца, правила их исполнения,
- основы музыкальной грамоты.

Воспитанники *после второго года* обучения **должны уметь:**

- выполнять изученные упражнения классического и народно-сценического танца, партерной гимнастики, ритмики,
- самостоятельно составлять простейшие танцевальные комбинации, включающие в себя движения из раздела ритмика.

Воспитанники ***после третьего года*** обучения **должны знать:**

- французскую терминологию изученных движений классического тренажа,
- правила исполнения изученных движений классического и народно-сценического танца.

Воспитанники ***после третьего года*** обучения **должны уметь:**

- выполнять изученные упражнения классического, народно-сценического танца, партерной гимнастики, ритмики,
- самостоятельно составлять простейшие танцевальные комбинации на заданную и свободную тему.

Воспитанники ***после четвертого года*** обучения **должны знать:**

- французскую терминологию изученных движений классического тренажа,
- знать имена самых известных танцовщиков,
- правила исполнения изученных движений классического и народно-сценического танца.

Воспитанники ***после четвертого года*** обучения **должны уметь:**

- изученные упражнения классического, современного и народно-сценического танца,
- самостоятельно составлять простейшие танцевальные комбинации на заданную свободную тему.

Воспитанники ***после пятого года*** обучения **должны знать:**

- основы классического и народного танца,

Воспитанники ***после пятого года*** обучения **должны уметь:**

- выполнять изученные движения классического и народно-сценического танца,
- самостоятельно составлять танцевальные комбинации.

Воспитанники ***после шестого года*** обучения **должны знать:**

- основы классического и современного народно-сценического танца.

Воспитанники ***после шестого года*** обучения **должны уметь:**

- выполнять изученные упражнения классического, современного и народно-сценического танца.
- самостоятельно составлять простейшие танцы и комбинации.

В результате освоения данной программы приобретается комплекс знаний умений, навыков по основам хореографии, формируется способность к творческому самовыражению, усиливается интерес к занятиям танцами, развивается самостоятельность мышления.

Итоги фиксируются на каждом занятии в виде индивидуального просмотра при фронтальной форме работы, используются диагностики, тестирование, анкетирование, собеседование, включённое наблюдение. В конце учебного года проходит отчётный концерт хореографического коллектива "ЗАДУМКА". Концертная деятельность – это основной показатель результата программного материала и творческой работы коллектива. Концертное выступление позволяет увидеть + и – процесса обучения и сделать соответствующие коррективы. Коллектив участвует в районных, областных, межрегиональных, всероссийских конкурсах и фестивалях хореографического искусства.



### Учебный план программы

№ п/п	Раздел, подраздел	Количество часов по годам обучения					
		1	2	3	4	5	6
1.	Вводное занятие. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии	2	2	2	2	2	2
2.	История хореографического искусства	-	-	-	8	8	8
3.	Музыкальная грамота	12	6	6	-	-	-
4.	Азбука музыкального движения	-	-	-	6	6	6
5.	Ритмика	30	18	20	-	-	-
6.	Азбука хореографии:	60	70	70	136	134	132
	- элементы классического танца	30	40	40	60	52	50
	- элементы народно-сценического танца	30	30	30	60	60	60
	- элементы современного танца	-	-	-	16	22	22
7.	Танцевальная импровизация	-	-	-	18	18	18
8.	Партерная гимнастика	20	18	18	-	-	-
9.	Репетиционная работа	10	16	14	22	24	26
10.	Постановочная работа	10	14	14	24	24	24
<b>ВСЕГО:</b>		<b>144</b>	<b>144</b>	<b>144</b>	<b>216</b>	<b>216</b>	<b>216</b>

**Учебно-тематический план  
1 года обучения**

№ п/п	Раздел, подраздел	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии	2	2	-
2.	Музыкальная грамота	12	2	10
3.	Ритмика	30	1,5	28,5
4.	Азбука хореографии:	60	5,5	54,5
	- элементы классического танца	30	3	27
	- элементы народно-сценического танца	30	2,5	27,5
5.	Партерная гимнастика	20	2	18
6.	Репетиционная работа	10	-	10
7.	Постановочная работа	10	-	10
<b>ВСЕГО:</b>		<b>144</b>	<b>13</b>	<b>131</b>

**Учебно-тематический план  
2 года обучения**

№ п/п	Раздел, подраздел	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии	2	2	-
2.	Музыкальная грамота	6	1,5	4,5
3.	Ритмика	18	-	18
4.	Азбука хореографии:	70	7,5	62,5
	- элементы классического танца	40	5	35
	- элементы народно-сценического танца	30	2,5	27,5
5.	Партерная гимнастика	18	0,5	17,5
6.	Репетиционная работа	16	-	16
7.	Постановочная работа	14	-	14
<b>ВСЕГО:</b>		<b>144</b>	<b>11,5</b>	<b>132,5</b>

**Учебно-тематический план  
3 года обучения**

№ п/п	Раздел, подраздел	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии	2	2	-
2.	Музыкальная грамота	6	1,5	4,5
3.	Ритмика	20	0,5	19,5
4.	Азбука хореографии:	70	10,5	59,5
	- элементы классического танца	40	6,5	33,5
	- элементы народно-сценического танца	30	4	26
5.	Партерная гимнастика	18	-	18
6.	Репетиционная работа	14	-	14
7.	Постановочная работа	14	-	14
<b>ВСЕГО:</b>		<b>144</b>	<b>14,5</b>	<b>129,5</b>

**Учебно-тематический план  
4 года обучения**

№ п/п	Разделы, подразделы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии	2	2	-
2.	История хореографического искусства	8	8	-
3.	Азбука музыкального движения	6	6	-
4.	Элементы классического танца	60	9	51
5.	Элементы народно-сценического танца	60	5,5	54,5
6.	Элементы современного танца	16	3	13
7.	Танцевальная импровизация	18	-	18
8.	Репетиционная работа	22	-	22
9.	Постановочная работа	24	-	24
<b>ВСЕГО:</b>		<b>216</b>	<b>33,5</b>	<b>182,5</b>

**Учебно-тематический план  
5 года обучения**

№ п/п	Разделы, подразделы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии	2	2	-
2.	История хореографического искусства	8	8	-
3.	Азбука музыкального движения	6	6	-
4.	Элементы классического танца	52	7	45
5.	Элементы народно-сценического танца	60	3,5	56,5
6.	Элементы современного танца	22	0,5	21,5
7.	Танцевальная импровизация	18	-	18
8.	Репетиционная работа	24	-	24
9.	Постановочная работа	24	-	24
<b>ВСЕГО:</b>		<b>216</b>	<b>27</b>	<b>189</b>

**Учебно-тематический план  
6 года обучения**

№ п/п	Разделы, подразделы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии	2	2	-
2.	История хореографического искусства	8	8	-
3.	Азбука музыкального движения	6	6	-
4.	Элементы классического танца	50	7,5	42,5
5.	Элементы народно-сценического танца	60	-	60
6.	Элементы современного танца	22	-	22
7.	Танцевальная импровизация	18	2	16
8.	Репетиционная работа	26	-	26
9.	Постановочная работа	24	-	24
<b>ВСЕГО:</b>		<b>216</b>	<b>25,5</b>	<b>190,5</b>

## СОДЕРЖАНИЕ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Содержание	Количество часов			Прим.
		теория	практика	всего	
1.	<b>Вводное занятие.</b> Цели и задачи коллектива. Требования к занимающимся в объединении. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии (инструкции).	2	-	2	
<b>МУЗЫКАЛЬНАЯ ГРАМОТА (12 часов)</b>					
2.	<b>Восприятие характера музыки.</b> Прослушивание музыкальных произведений. Музыка – ключ для раскрытия художественного образа, музыкальный характер – выразительность.	2	-	2	
3.	<b>Темп.</b> Быстрый и медленный темп.	-	2	2	
4.	<b>Музыкальный размер.</b> Музыкальный размер: 2/4.	-	2	2	
5.	<b>Музыкальный размер.</b> Музыкальный размер: 3/4.	-	2	2	
6.	<b>Музыкальный размер.</b> Музыкальный размер: 4/4.	-	2	2	
7.	<b>Строение музыкального произведения.</b> Музыкальная фраза. Такт. Вступление. Запев. Припев.	-	2	2	
<b>РИТМИКА (30 часов)</b>					
8.	<b>Различные виды шага.</b> Т. Особенность шага в	0,5	1,5	2	



	хореографии. Разновидность шага в хореографии. Техника исполнения танцевального шага. <b>П.</b> Естественные, бытовые шаги. Танцевальные, с вытягиванием пальцев стопы. Шаркающие шаги (всей подошвой стопы). Шаги на пятках.				
9.	<b>Различные виды шага.</b> Шаги на пальцах при вытянутых коленях. Шаги с высоко поднятыми коленями. «Кошачий» мягкий шаг.	-	2	2	
10.	<b>Различные виды бега.</b> <b>Т.</b> Разновидность бега в хореографии. Техника исполнения. <b>П.</b> Лёгкий бег, бег с вытянутых пальцев, бег с высоко поднятыми коленями, бег с подскоками.	0,5	1,5	2	
11.	<b>Различные виды бега.</b> Бег с выбрасыванием ног вперёд на 45 градусов. Мелкий бег на полупальцах.	-	2	2	
12.	<b>Прыжки.</b> Прыжки в 6 позиции.	-	2	2	
13.	<b>Прыжки.</b> Прыжки со скакалкой на двух ногах.	-	2	2	
14.	<b>Галоп.</b> Галоп обычный по кругу и по диагонали.	-	2	2	
15.	<b>Галоп.</b> Галоп с разворотом по кругу и по диагонали.	-	2	2	
16.	<b>Пространственные</b>	0,5	1,5	2	

	<p><b>перестроения.</b>  <b>Т.</b> Ориентировка в пространстве (круг, линия, колонна, шеренга, диагональ).  <b>П.</b> Построение в шеренгу, колонну, круг.  Диагональное построение.  Перестроение из одной шеренги в две. Повороты на месте, вправо, влево, кругом.</p>				
17.	<p><b>Пространственные перестроения.</b>  Ходьба парами, четвёрками. Змейка. Фигурная маршировка.</p>	-	2	2	
18.	<p><b>Пространственные перестроения.</b>  Построение круга из колонны, из пары.  Построение маленьких кругов попарно, по четыре.</p>	-	2	2	
19.	<p><b>Танцевальные этюды.</b>  Составление танцевальных композиций из изученных движений.</p>	-	2	2	
20.	<p><b>Танцевальные этюды.</b>  Составление танцевальных композиций из изученных движений.</p>	-	2	2	
21.	<p><b>Танцевальные этюды.</b>  Составление композиций с учётом смены темпа, музыки.</p>	-	2	2	
22.	<p><b>Танцевальные этюды.</b>  Составление композиций с учётом смены темпа, музыки.</p>	-	2	2	

<b>АЗБУКА ХОРЕОГРАФИИ (60 часов)</b>					
<i>Элементы классического танца (30 часов)</i>					
23.	<b>Постановка корпуса.</b> <b>Т.</b> Правильно поставленный корпус – залог устойчивости. Стоя лицом к палке. Упражнения на середине зала. <b>П.</b> Закрепление мышц ног, таза, спины при правильной постановке корпуса.	0,5	1,5	2	
24.	<b>Позиции ног (I – V).</b> <b>Т.</b> Техника исполнения классических позиций ног. <b>П.</b> Выворотное положение стопы.	0,5	1,5	2	
25.	<b>Позиции рук (на середине зала).</b> <b>Т.</b> Постановка рук в подготовительной, 1, 2, 3 позициях. <b>П.</b> Подготовительное положение рук. 1 и 3 позиция. 2 позиция.	0,5	1,5	2	
26.	<b>Работа у станка (лицом к станку). demi plie.</b> demi plie в 1, 2, 3, 5, 4 позиции, музыкальный размер 4/4.	-	2	2	
27.	<b>Работа у станка (лицом к станку). battmant tendu simple.</b> battmant tendu simple по 1 позиции в сторону, вперёд, назад (всё отдельно), музыкальный размер 4/4.	-	2	2	
28.	<b>Работа у станка (лицом к станку). battmant tendu jete.</b> battmant tendu jete по 1	-	2	2	

	позиции только в сторону, музыкальный размер 2/4.				
29.	<b>Работа у станка (лицом к станку). rond de jamb par terre.</b> rond de jamb par terre по точкам, музыкальный размер 4/4.	-	2	2	
30.	<b>Работа у станка (лицом к станку). releve на полупальцы.</b> releve на полупальцы по 1 и 2 позиции. Чередование медленного и быстрого подъёмов на полупальцы.	-	2	2	
31.	<b>План класса. Ориентировка по точкам.</b> Т. План класса, предложенный А.Я.Вагановой. П. Положение «анфаз».	0,5	1,5	2	
32.	<b>План класса. Ориентировка по точкам.</b> Ориентировка по точкам.	-	2	2	
33.	<b>I port de bras.</b> Т. Техника исполнения I port de bras. 1 I port de bras. П. Исполнение 1 I port de bras.	0,5	1,5	2	
34.	<b>I port de bras.</b> Т. Техника исполнения I port de bras. 2 I port de bras. П. Исполнение 2 I port de bras.	0,5	1,5	2	
35.	<b>Танцевальные этюды.</b> Исполнение танцевальных композиций из изученных движений.	-	2	2	

36.	<b>Танцевальные этюды.</b> Исполнение танцевальных композиций из изученных движений.	-	2	2	
37.	<b>Танцевальные этюды.</b> Исполнение танцевальных композиций из изученных движений.	-	2	2	
<b>Элементы народно-сценического танца (30 часов)</b>					
38.	<b>Постановка корпуса.</b> <b>Т.</b> Правильно поставленный корпус – залог устойчивости. Стоя лицом к палке. Упражнения на середине зала. <b>П.</b> Закрепление мышц ног, таза, спины при правильной постановке корпуса.	0,5	1,5	2	
39.	<b>Позиции ног (1 – 5).</b> <b>Т.</b> Техника исполнения открытых, прямых, закрытых позиций. <b>П.</b> Открытые позиции, прямые позиции, закрытые позиции.	0,5	1,5	2	
40.	<b>Позиции рук (1 – 3).</b> <b>Т.</b> Техника исполнения 1 – 3 позиций рук. <b>П.</b> Закрепление позиций рук.	0,5	1,5	2	
41.	<b>Положение ног.</b> <b>Т.</b> Техника исполнения различных положений ног. <b>П.</b> Различные положения ног: нога вытянута, нога присогнута, подъём вытянут, подъём сокращён, положение скошенного подъёма,	0,5	1,5	2	

	нога на ребре стопы, нога на ребре каблука.				
42.	<b>Положение ног.</b> II. Низкие полупальцы, средние полупальцы, высокие полупальцы, нога на носке.	-	2	2	
43.	<b>Положение рук.</b> Простое и сложное положение рук.	-	2	2	
44.	<b>Положение рук.</b> Комбинированное и подготовительное положение рук.	-	2	2	
45.	<b>Т. Положение корпуса</b> у станка (вперёд, назад, в сторону). <b>II. Постановка корпуса</b> у станка.	0,5	1,5	2	
46.	<b>Положение головы.</b> Подготовка к движению (PREPARATION)	-	2	2	
47.	<b>Танцевальные ходы.</b> Простой шаг.	-	2	2	
48.	<b>Танцевальные ходы.</b> Шаг с каблука.	-	2	2	
49.	<b>Танцевальные ходы.</b> Шаркающий ход.	-	2	2	
50.	<b>Основные виды бега.</b> Основной вид. С соскоком. С подъёмом коленей.	-	2	2	
51.	<b>Основные виды бега.</b> Основной вид. С соскоком. С подъёмом коленей.	-	2	2	
52.	<b>Гармошка.</b> 1 вид.	-	2	2	
<b>ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА (20 часов)</b>					
53.	<b>Т.</b> Упражнения на напряжение и расслабление мышц. <b>II.</b> Разучивание комплекса № 1.	0,5	1,5	2	

54.	Закрепление комплекса № 1.	-	2	2	
55.	Разучивание комплекса № 2.	-	2	2	
56.	Закрепление комплекса № 2.	-	2	2	
57.	Т. Упражнения на выработку выворотности стоп. П. Разучивание комплекса упражнений.	0,5	1,5	2	
58.	Закрепление комплекса упражнений.	-	2	2	
59.	Упражнения на развитие мышц спины. Скручивание позвоночника.	-	2	2	
60.	Т. Растяжка динамическая. Виды и положения. П. Выполнение растяжек.	0,5	1,5	2	
61.	Т. Растяжка статическая. Виды и положения. П. Выполнение растяжек.	0,5	1,5	2	
62.	Акробатические элементы.	-	2	2	
<b>ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА (10 часов)</b>					
63.	Работа над образом, раскрывающимся в танце.	-	2	2	
64.	Разучивание движений танца по степени их сложности.	-	2	2	
65.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	
66.	Рисунки танца.	-	2	2	
67.	Объединение блоков в законченную форму - танец.	-	2	2	
<b>РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА (10 часов)</b>					
68.	Разучивание движений постановочного танца.	-	2	2	
69.	Закрепление и повторение разучиваемых	-	2	2	

	упражнений.				
70.	Работа на сцене в костюмах.	-	2	2	
71.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
72.	Генеральная репетиция.		2	2	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>13</b>	<b>131</b>	<b>144</b>	



## СОДЕРЖАНИЕ 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Содержание	Количество часов			Прим.
		теория	практика	всего	
1.	<b>Вводное занятие.</b> Цели и задачи коллектива. Требования к занимающимся в объединении. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии (инструкции).	2	-	2	
<b>МУЗЫКАЛЬНАЯ ГРАМОТА (6 часов)</b>					
2.	Характер музыки (задорный, спокойный).	0,5	1,5	2	
3.	Определение сильной и слабой долей.	0,5	1,5	2	
4.	Длительность. Целая, половинная, четвертная, восьмая.	0,5	1,5	2	
<b>РИТМИКА (18 часов)</b>					
5.	<b>Танцевальные шаги.</b> Шаг-пружинка с выносом ноги вперёд.	-	2	2	
6.	<b>Танцевальные шаги.</b> Шаг на полупальцах с поднятием ноги в положение невыворотного passé. Шаг на полупальцах с захлестом ноги назад.	-	2	2	
7.	<b>Танцевальные шаги.</b> Сценический шаг на полупальцах с добавлением различных положений рук (на поясе, в стороны).	-	2	2	
8.	<b>Различные виды бега.</b> Лёгкий бег. Бег с высоким подниманием коленей.	-	2	2	
9.	<b>Различные виды бега.</b> Русский бег.	-	2	2	

10.	<b>Прыжки.</b> Прыжки со сменой ног (1, 2, 5 позиции).	-	2	2	
11.	<b>Прыжки.</b> Прыжки со скакалкой на одной ноге, с высоко поднятыми ногами.	-	2	2	
12.	<b>Пространственные перестроения.</b> Закрепление изученного в 1 году обучения с усложнением (плавное перестроение из одного положения в другое – круг – линия, колонна – шеренга, диагональ - круг).		2	2	
13.	Ритмические игры.	-	2	2	
<b>АЗБУКА ХОРЕОГРАФИИ (70 часов)</b>					
<i>Элементы классического танца (40 часов)</i>					
14.	<b>Работа у станка (лицом к станку).</b> Т. Техника исполнения grand plie. П. Исполнение grand plie в 1 позиции, затем 2, 3, 5 и 4).	0,5	1,5	2	
15.	Т. Техника исполнения battment tendu simple (в 5 позиции). П. Исполнение battment tendu simple (в 5 позиции). Исполнение полного креста.	0,5	1,5	2	
16.	Техника исполнения rond de jamb par terre с остановкой по точкам.	-	2	2	
17.	Т. Техника исполнения passé par terre. П. Исполнение passé par terre (музыкальный размер 2/4).	0,5	1,5	2	
18.	Т. Техника исполнения	0,5	1,5	2	

	battmant releve lent на 45 градусов по 1 позиции (музыкальный размер 4/4). <b>П.</b> Исполнение battmant releve lent на 45 градусов в сторону лицом к станку (исполнять не менее 4 раз раздельно).				
19.	<b>Т.</b> Техника исполнения положения ноги на sur le cou de pied. <b>П.</b> Исполнение положения ноги на sur le cou de pied вперёд, сзади (музыкальный размер 4/4).	0,5	1,5	2	
20.	<b>Т.</b> Техника исполнения releve на полупальцы по 5 позиции. <b>П.</b> Исполнение releve на полупальцы по 5 позиции. Чередование медленного и быстрого подъёмов на полупальцы.	0,5	1,5	2	
21.	<b>Т.</b> Техника исполнения tems leve saule по 1, 2, 5 позиции. <b>П.</b> Исполнение tems leve saule по 1, 2, 5 позиции (музыкальный размер 4/4).	0,5	1,5	2	
22.	<b>Т.</b> Техника исполнения перегибов корпуса в сторону, назад. <b>П.</b> Исполнение перегибов с grand plie.	0,5	1,5	2	
23.	<b>Работа на середине зала.</b> Исполнение demi plie по 1, 2, 5 позиции.	-	2	2	
24.	Исполнение battment tendu simple крестом по 1 позиции.	-	2	2	
25.	Исполнение releve на	-	2	2	

	полупальцы по 1, 2, 5 позиции.				
26.	Исполнение 2 и 1 port de bras.	-	2	2	
27.	Исполнение tems lie вперёд, назад (музыкальный размер 4/4).	-	2	2	
28.	Исполнение tems leve saule по 1, 2, 5 позиции (музыкальный размер 4/4).	-	2	2	
29.	<b>Прыжки.</b> Т. Маленький и большой прыжок sauté. Техника исполнения saute с 1 и со 2 позиции. П. Исполнение saute с 1 и со 2 позиции на месте.	0,5	1,5	2	
30.	Т. Техника исполнения echarpe с 5 на 2 позицию и обратно со 2 в 5. П. Исполнение echarpe с 5 на 2 позицию и обратно со 2 в 5.	0,5	1,5	2	
31.	Сценический шаг. Сценический бег.	-	2	2	
32.	<b>Танцевальные этюды.</b> Составление танцевальных композиций из изученных движений.	-	2	2	
33.	<b>Танцевальные этюды.</b> Исполнение танцевальных композиций из изученных движений.	-	2	2	
<b>Элементы народно-сценического танца (30 часов)</b>					
34.	<b>Работа у станка.</b> Т. Техника исполнения полуприседаний и приседаний. П. Выполнение полуприседаний (1	0,5	1,5	2	

	позиция ног). Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4.				
35.	Выполнение полных приседаний из 1 позиции. Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4.	-	2	2	
36.	<b>Т.</b> Техника исполнения полного приседания по 2 позиции. <b>П.</b> Исполнение полного приседания по 2 позиции.	0,5	1,5	2	
37.	<b>Т.</b> PREPARATION для рук. <b>П.</b> Исполнение PREPARATION в народном характере.	0,5	1,5	2	
38.	battment tendu с выносом на каблук в 3 позиции.	-	2	2	
39.	battment tendu jete с demi plie в 3 позиции.	-	2	2	
40.	rond de jamb par terre из 1 позиции со скошенным подъёмом.	-	2	2	
41.	Каблучные упражнения из 6 позиции.	-	2	2	
42.	<b>Т.</b> Методика выполнения упражнения «Подготовка к верёвочке». <b>П.</b> Исполнение «Подготовки к верёвочке».	0,5	1,5	2	
43.	<b>Работа на середине зала. Танцевальные ходы.</b> Простой шаг на 1/4, 1/8, 1/16 такта.	-	2	2	
44.	<b>Танцевальные ходы.</b> Переменный шаг.	-	2	2	
45.	<b>Танцевальные ходы.</b> Шаг с подскоком и приступанием.	-	2	2	
46.	<b>Основные виды бега.</b> Бег с броском прямых ног.	-	2	2	

47.	Молоточки по 6 позиции.	-	2	2	
48.	Т. Техника исполнения ковырялочки из 5 позиции. П. Исполнение ковырялочки из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
<b>ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА (18 часов)</b>					
49.	Упражнения для мышц живота путём перегиба назад.	-	2	2	
50.	Упражнения для мышц спины путём наклона вперёд.	-	2	2	
51.	Упражнения для укрепления позвоночника путём его поворотов.	-	2	2	
52.	Упражнения для мышц спины и тазового пояса.	-	2	2	
53.	Упражнения для укрепления мышц ног.	-	2	2	
54.	Упражнения для развития стоп.	-	2	2	
55.	Растяжка паховых мышц.	-	2	2	
56.	Т. Техника исполнения мостика из положения стоя. П. Исполнение мостика из положения стоя.	0,5	1,5	2	
57.	Акробатические элементы.	-	2	2	
<b>ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА (14 часов)</b>					
58.	Работа над образом, раскрывающимся в танце.	-	2	2	
59.	Разучивание движений танца по степени их сложности.	-	2	2	
60.	Работа над отдельными движениями.	-	2	2	
61.	Работа над отдельными движениями.	-	2	2	
62.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	

63.	Рисунки танца.	-	2	2	
64.	Объединение блоков в законченную форму - танец.	-	2	2	
<b>РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА (16 часов)</b>					
65.	Разучивание движений постановочного танца.	-	2	2	
66.	Работа над репертуром коллектива.	-	2	2	
67.	Закрепление и повторение разучиваемых упражнений.	-	2	2	
68.	Работа над эскизами костюмов.	-	2	2	
69.	Работа на сцене в костюмах.	-	2	2	
70.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
71.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
72.	Генеральная репетиция.	-	2	2	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>11,5</b>	<b>132,5</b>	<b>144</b>	

### СОДЕРЖАНИЕ 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Содержание	Количество часов			Прим.
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. Цели и задачи коллектива. Требования к занимающимся в объединении. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии (инструкции).	2	-	2	
<b>МУЗЫКАЛЬНАЯ ГРАМОТА (6 часов)</b>					
2.	Динамика (громко, тихо).	0,5	1,5	2	
3.	Затактовое построение (движение начинается с затакта).	0,5	1,5	2	
4.	Музыкально - ритмические игры.	0,5	1,5	2	
<b>РИТМИКА (20 часов)</b>					
5.	<b>Танцевальные шаги.</b> Вальсовый приставной шаг.	-	2	2	
6.	<b>Танцевальные шаги.</b> Переменный шаг с приставкой.	-	2	2	
7.	<b>Танцевальные шаги.</b> Шаг с выносом ноги через положенин sur le cou-de-pied	-	2	2	
8.	<b>Т.</b> Техника исполнения припадания. <b>П.</b> Исполнение припадания.	0,5	1,5	2	
9.	Повороты, полуповороты в различных направлениях	-	2	2	
10.	<b>Прыжки.</b> Трамплинные прыжки.	-	2	2	
11.	<b>Прыжки.</b> Прыжки с поворотом на 90, 180, 360 градусов.	-	2	2	



12.	<b>Прыжки.</b> Разножка, мячики.	-	2	2	
13.	<b>Танцевальные движения.</b> Маятник. Ножницы.	-	2	2	
14.	Ритмические игры.	-	2	2	
<b>АЗБУКА ХОРЕОГРАФИИ (70 часов)</b>					
<i>Элементы классического танца (40 часов)</i>					
15.	<b>Работа у станка (боком к станку).</b> <b>Т.</b> Техника исполнения battment tendu simple с нажимом. <b>П.</b> Исполнение battment tendu simple с нажимом.	0,5	1,5	2	
16.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment tendu jete (в 5 позиции) <b>П.</b> Исполнение battment tendu jete в 5 позиции полный крест.	0,5	1,5	2	
17.	<b>Т.</b> Техника исполнения rond de jamb par terre (без остановки) с добавлением обводки. <b>П.</b> Исполнение rond de jamb par terre без остановки с добавлением обводки.	0,5	1,5	2	
18.	<b>Т.</b> Техника исполнения растяжки вниз en dehors, en dedans в исполнении rond de jamb par terre. <b>П.</b> Исполнение растяжки вниз en dehors, en dedans в исполнении rond de jamb par terre.	0,5	1,5	2	
19.	<b>Т.</b> Техника исполнения положения ноги на sur le cou de pied. <b>П.</b> Исполнение положения ноги на sur le cou de pied вперёд, сзади	0,5	1,5	2	

	(музыкальный размер 4/4).				
20.	<b>Т.</b> Техника исполнения releve на полупальцы по 5 позиции. <b>П.</b> Исполнение releve на полупальцы по 5 позиции. Чередование медленного и быстрого подъёмов на полупальцы.	0,5	1,5	2	
21.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment fondu (разучивать лицом к станку, сначала в сторону) <b>П.</b> Исполнение battment fondu.	0,5	1,5	2	
22.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment releve lent на 90 градусов по 5 позиции. <b>П.</b> Исполнение battment releve lent.	0,5	1,5	2	
23.	<b>Т.</b> Техника исполнения grand battment jete по 1 позиции (лицом к станку через проходящее положение через battment tendu jete). <b>П.</b> Исполнение движения.	0,5	1,5	2	
24.	<b>Т.</b> Техника исполнения растяжки у станка. <b>П.</b> Исполнение комплекса растяжек.	0,5	1,5	2	
25.	<b>Работа на середине зала.</b> Grand plie по 1, 2 позиции	-	2	2	
26.	Исполнение battment tendu simple крестом по 5 позиции.	-	2	2	
27.	Исполнение rond de jamb par terre, en dehors, en dedans.	-	2	2	
28.	<b>Т.</b> Техника исполнения III port de bras. <b>П.</b> Исполнение III port de	0,5	1,5	2	

	bras.				
29.	<b>Т.</b> Техника исполнения pas glissade. <b>П.</b> Исполнение pas glissade из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
30.	<b>Т.</b> Техника исполнения pas chasse. <b>П.</b> Исполнение из 5 позиции pas chasse.	0,5	1,5	2	
31.	Позы. Croisse - вперёд, назад; efface - вперёд, назад.	-	2	2	
32.	Подготовка к вращениям. Упражнения на выработку умения "держатъ точку".	-	2	2	
33.	Вращения по диагонали.	-	2	2	
34.	<b>Танцевальные этюды.</b> Исполнение танцевальных композиций из изученных движений.	-	2	2	
<b>Элементы народно-сценического танца (30 часов)</b>					
35.	<b>Работа у станка.</b> <b>Т.</b> Виды приседаний: 1 вид - плавные полуприседания и полные приседания. Техника исполнения. <b>П.</b> Исполнение приседаний из 1, 2, 5 позиции.	0,5	1,5	2	
36.	<b>Т.</b> Приседания, 2 вид - резкие полуприседания и полные приседания. Техника исполнения. <b>П.</b> Исполнение 2 вида из 1, 2, 5 позиции	0,5	1,5	2	
37.	<b>Т.</b> Техника исполнения полного приседания по 2 позиции. <b>П.</b> Исполнение полного приседания по 2 позиции.	0,5	1,5	2	

38.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment tondu. 1 вид - с переводом работающей ноги с носка на каблук. <b>П.</b> Исполнение battment tondu 1 вид с 5 позиции (музыкальный размер 2/4).	0,5	1,5	2	
39.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment tondu 2 вид - с полуприседанием на опорной ноге. <b>П.</b> Исполнение второго вида из 5 позиции (музыкальный размер 2/4).	0,5	1,5	2	
40.	<b>Т.</b> Методика исполнения маленьких бросков работающей ногой. <b>П.</b> Первоначальное изучение, исходная позиция ног 5 (музыкальный размер 2/4)	0,5	1,5	2	
41.	Виды маленьких бросков. 1 вид - с акцентом от себя.	-	2	2	
42.	Виды маленьких бросков. 2 вид с акцентом от себя в сочетании с полуприседанием на опорной ноге, исходная 5 позиция (музыкальный размер 2/4)	-	2	2	
43.	Круговые движения по полу носком с полуприседанием на опорной ноге.	-	2	2	
44.	Круговые движения по полу носком с поворотом пятки опорной ноги.	-	2	2	
45.	Подготовка к верёвочке. <b>Т.</b> Техника исполнения верёвочки. <b>П.</b> 1 вид - подготовка к	0,5	1,5	2	

	верёвочке. Исходная позиция 5 (музыкальный размер 2/4).				
46.	2 вид - подготовка к верёвочке, с подниманием на полупальцы опорной ноги, исходная позиция 5 (музыкальный размер 2/4).	-	2	2	
47.	<b>Танцевальные шаги.</b> Переменный ход, с притопом, с каблука.	-	2	2	
48.	<b>Танцевальные шаги.</b> Дробный ход. Подскоки.	-	2	2	
49.	<b>Т.</b> Техника исполнения, присядки для мальчиков. <b>П.</b> Исполнение присядки с 5 позиции.	0,5	1,5	2	
<b>ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА (18 часов)</b>					
50.	Упражнения для укрепления брюшного пресса.	-	2	2	
51.	Упражнения для укрепления мышц спины.	-	2	2	
52.	Упражнения для укрепления мышц позвоночника.	-	2	2	
53.	Упражнения для растягивания мышц ног.	-	2	2	
54.	Упражнения для укрепления мышц ног.	-	2	2	
55.	Упражнения для закрепления продольного шпагата.	-	2	2	
56.	Упражнения для закрепления поперечного шпагата	-	2	2	
57.	Акробатические элементы: колесо с переходом в мостик.	-	2	2	
58.	Акробатические элементы: кувырки, перекуты.	-	2	2	

<b>ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА (14 часов)</b>					
59.	Работа над образом, раскрывающимся в танце.	-	2	2	
60.	Разучивание движений танца по степени их сложности.	-	2	2	
61.	Работа над отдельными движениями.		2	2	
62.	Работа над отдельными движениями.		2	2	
63.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	
64.	Рисунки танца.	-	2	2	
65.	Объединение блоков в законченную форму - танец.	-	2	2	
<b>РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА (14 часов)</b>					
66.	Разучивание движений постановочного танца.	-	2	2	
67.	Работа над репертуром коллектива.	-	2	2	
68.	Закрепление и повторение разучиваемых упражнений.	-	2	2	
69.	Работа над эскизами костюмов.	-	2	2	
70.	Работа на сцене в костюмах.	-	2	2	
71.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
72.	Генеральная репетиция.	-	2	2	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>14,5</b>	<b>129,5</b>	<b>144</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ 4 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Содержание	Количество часов			Прим.
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. Цели и задачи коллектива. Требования к занимающимся в объединении. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии (инструкции).	2	-	2	
<b>ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА (8 часов)</b>					
2.	Первобытный танец – источник всех существующих ныне видов танца.	2	-	2	
3.	Архаичные танцы.	2	-	2	
4.	Танцы средневековья.	2	-	2	
5.	Классические танцы.	2	-	2	
<b>АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ (6 часов)</b>					
6.	Темповые обозначения.	2	-	2	
7.	Французская терминология в танце.	2	-	2	
8.	Музыка в танце.	2	-	2	
<b>ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА (60 часов)</b>					
9.	Закрепление пройденного материала 3 года обучения.	-	2	2	
10.	Закрепление пройденного материала 3 года обучения.	-	2	2	
11.	Demie и grahd plie по 1, 2, 3, 4, 5 позициям.	-	2	2	
12.	Battemtnt tendu крестом по 5 позиции.	-	2	2	
13.	<b>Т.</b> Техника исполнения battement puor le pied. <b>П.</b> Исполнение battement puor le pied	0,5	1,5	2	

14.	<b>Т.</b> Техника исполнения Battemtnt tendu ietes по 5 позиции. <b>П.</b> Исполнение Battemtnt tendu ietes по 5 позиции.	0,5	1,5	2	
15.	<b>Т.</b> Техника исполнения battemtnt tendu pike. <b>П.</b> Исполнение battemtnt tendu pike.	0,5	1,5	2	
16.	Отработка движения DEMI rond de iambe par terre из 5 позиции слитно с rond de iambe par terre andeor и andedan.	-	2	2	
17.	<b>Т.</b> Техника исполнения porond de iambe par terre в сочетании port de bra корпуса. <b>П.</b> Исполнение porond de iambe par terre в сочетании port de bra корпуса.	0,5	1,5	2	
18.	<b>Т.</b> Техника исполнения положения ноги в позе gou - de-pied основное. <b>П.</b> Исполнение движения.	0,5	1,5	2	
19.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения battment frappe. <b>П.</b> Исполнение движения.battment frappe.	0,5	1,5	2	
20.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения petit battment . <b>П.</b> Исполнение движения petit battment .	0,5	1,5	2	
21.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения battment double frappe. <b>П.</b> Исполнение движения.	0,5	1,5	2	
22.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения battment releve lente на 45 градусов. <b>П.</b> Исполнение движения battment releve lente на 45градусов.	0,5	1,5	2	



23.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения passe par terre . <b>П.</b> Исполнение движения passe par terre из 1 позиции.	0,5	1,5	2	
24.	<b>На середине зала.</b> <b>Классические позы.</b> <b>Т.</b> Техника исполнения 4 port de bras. <b>П.</b> Исполнение движения.	0,5	1,5	2	
25.	<b>Т.</b> Техника исполнения Движения temps lie par terre. <b>П.</b> Исполнение temps lie par terre (исходная 5 позиция).	0,5	1,5	2	
26.	Подготовка к туру со 2 позиции. Demi plie и grand plie.	-	2	2	
27.	Battment tondu из 5 позиции.	-	2	2	
28.	Battment tondu jete из 5 позиции.	-	2	2	
29.	Dimi jamb par terre an deor из 1 позиции.	-	2	2	
30.	Dimi jamb par terre an dedan из 1 позиции.	-	2	2	
31.	<b>Прыжки.</b> <b>Т.</b> Техника исполнения allegro. <b>П.</b> Исполнение allegro из 1 позиции.	0,5	1,5	2	
32.	<b>Т.</b> Техника исполнения temps leve soute 1 - 5 позиции. <b>П.</b> Исполнение по точкам зала.	0,5	1,5	2	
33.	<b>Т.</b> Техника исполнения changement de pied. <b>П.</b> Исполнение из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
34.	<b>Т.</b> Техника исполнения pas польки. <b>П.</b> Исполнение pas	0,5	1,5	2	

	польки из 5 позиции, размер 2/4.				
35.	<b>Т.</b> Техника исполнения pas balanse. <b>П.</b> Исполнение из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
36.	Вращение по диагонали в 5 позиции.	-	2	2	
37.	<b>Т.</b> Техника исполнения маленького пируэта. <b>П.</b> Исполнение пируэта из 4 позиции.	0,5	1,5	2	
38.	Составление танцевальных композиций.	-	2	2	
<b>ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА (60 часов)</b>					
39.	Demie plie по 1- 5 позициям, с добавлением 1, 2 позиции рук.	-	2	2	
40.	Battment tendub с Demie plie.	-	2	2	
41.	Battment tendu jete с demie plie (крестом)	-	2	2	
42.	Коблучные battment в 5 позиции.	-	2	2	
43.	<b>Т.</b> Техника исполнения Rond de jambe par terre, 1 вид, круг носком по полу с остановкой в сторону. <b>П.</b> Исполнение упражнения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
44.	<b>Т.</b> Техника исполнения Rond de jambe par terre 2 вид, круг по полу каблуком работающей ноги. <b>П.</b> Исполнение упражнения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
45.	<b>Т.</b> Техника исполнения pa tortie. <b>П.</b> Исполнение pa tortie с коблучным battment.	-	2	2	
46.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения, подготовка к	0,5	1,5	2	

	верёвочке. 3 вид, с полуприседанием на опорной ноге. <b>П.</b> Исполнение движения исходная 5 позиция (музыкальный размер 2/4).				
47.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения, подготовка к верёвочке. 4 вид с проскальзыванием на опорной ноге. <b>П.</b> Исходная позиция 5 (музыкальный размер 2/4).	0,5	1,5	2	
48.	<b>Т.</b> Каблучное упражнение. Техника исполнения каблучного упражнения, 3 вид, вынесение работающей ноги на каблук от щиколотки опорной ноги. <b>П.</b> Исполнение упражнения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
49.	<b>Т.</b> Техника исполнения каблучного упражнения. 2 вид, вынесение работающей ноги на каблук от голени опорной ноги. <b>П.</b> Исполнение упражнения работающей ноги на каблук от голени опорной ноги(исходная 5 позиция).	0,5	1,5	2	
50.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment fondus, 1 вид, развороты на 45 градусов. <b>П.</b> Исполнение из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
51.	<b>Т.</b> Усложнение battment fondus, с подниманием на полупальце опорной	0,5	1,5	2	

	ноги. <b>П. Исполнение из 5 позиции.</b>				
52.	<b>Т. Техника исполнения флик – фляка, по 3 позиции с ra de bure.</b> <b>П. Исполнение крестом.</b>	0,5	1,5	2	
53.	<b>Т. Дробные выстукивания, методика выполнения притопов, 1 вид.</b> <b>П. Исходная позиция, 1 прямая (музыкальный размер 2/4).</b>	0,5	1,5	2	
54.	Виды притопов, 2 вид с полуприседанием.	-	2	2	
55.	Виды притопов, 3 вид с подскоком.	-	2	2	
56.	Виды притопов, 4 вид - печатка	-	2	2	
57.	Перегибы и наклоны корпуса, 1 вид, перегибы корпуса назад, 1 открытая позиция (музыкальный размер 3/4).	-	2	2	
58.	Перегибы и наклоны корпуса вправо и влево. 1 открытая позиция	-	2	2	
59.	Растяжка из 1 прямой позиции назад. 1 вид растяжки в полном приседании на опорной ноге.	-	2	2	
60.	Растяжка 2 вид в прямом положении в полном приседании на опорной ноге, с перегибами корпуса.	-	2	2	
61.	Танцевальные движения. Ковырялочка с ra torte.	-	2	2	
62.	Маятник с переступанием.	-	2	2	
63.	<b>Т. Техника исполнения молоточков в различных</b>	0,5	1,5	2	

	направлениях, вперёд назад, из стороны в сторону. <b>П. Исполнение молоточков с маятником.</b>				
64.	Притопы с продвижением.	-	2	2	
65.	Мужские движения, присядка с выходом в 4 позицию.	-	2	2	
66.	<b>Т. Техника исполнения подвивки.</b> <b>П. Исполнение подвивки с маятником.</b>	0,5	1,5	2	
67.	Хлопушки (двойные, одинарные).	-	2	2	
68.	Составление композиций из 3 и более движений.	-	2	2	
<b>ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА (16 часов)</b>					
69.	<b>Т. Элементы танца – модерн. Техника исполнения движения contraction.</b> <b>П. Исполнение движения в прямой позиции.</b>	0,5	1,5	2	
70.	Позиции ног, в танце модерн.	-	2	2	
71.	Позиции рук в танце модерн	-	2	2	
72.	<b>Т. Техника исполнения движения body roll.</b> <b>П. Исполнение на середине зала.</b>	<b>0.5</b>	1.5	2	
73.	Понятие release (освобождение) в танце модерн.	-	2	2	
74.	Понятие isolation (изоляция) в танце модерн	-	2	2	
75.	Объединение в комбинациях приёмов contraction и release	-	2	2	
76.	Просмотр видеоинформации по	<b>2</b>	-	2	

	технике модерн танца				
<b>ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ (18 часов)</b>					
77.	Образы природы в музыке и танце. Этюд на тему «Осень».	-	2	2	
78.	Этюд на тему «Зима»	-	2	2	
79.	Этюд на тему «Весна»	-	2	2	
80.	Этюд на тему «Лето»	-	2	2	
81.	Задание №1, музыка русская народная, упражнение: ритмическая игра «эхо».	-	2	2	
82.	Задание №2, упражнение: ритм - загадка без музыкального оформления, ритмический рисунок задаётся хлопками в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.	-	2	2	
83.	Задание №3, упражнение, «вопрос - ответ» типа перепляса.	-	2	2	
84.	Сказка в музыке и танце, этюды по мотивам любимых сказок.	-	2	2	
85.	Импровизация на свободную тему	-	2	2	
<b>ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА (24 часа)</b>					
86.	Работа над образом, раскрывающимся в танце.	-	2	2	
87.	Разучивание движений танца по степени их сложности.	-	2	2	
88.	Работа над отдельными движениями.	-	2	2	
89.	Работа над отдельными движениями.	-	2	2	
90.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	

91.	Рисунки танца.	-	2	2	
92.	Объединение блоков в законченную форму - танец.	-	2	2	
93.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	
94.	Объединение рисунков танца.	-	2	2	
95.	Работа над музыкальной фонограммой танца	-	2	2	
96.	Работа над эскизами костюма	-	2	2	
97.	Сдача готовой постановки	-	2	2	
<b>РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА (22 ЧАСА)</b>					
98.	Разучивание движений постановочного танца.	-	2	2	
99.	Работа над репертуаром коллектив	-	2	2	
100.	Закрепление и повторение разучиваемых упражнений.	-	2	2	
101.	Работа над эскизами костюмов.	-	2	2	
102.	Работа на сцене в костюмах.	-	2	2	
103.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
104.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
105.	Генеральная репетиция.	-	2	2	
106.	Работа с реквизитом	-	2	2	
107.	Работа на сцене по точкам	-	2	2	
108.	Сводная репетиция.	-	2	2	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>33,5</b>	<b>182,5</b>	<b>216</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ 5 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Содержание	Количество часов			Прим.
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. Цели и задачи коллектива. Требования к занимающимся в объединении. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии (инструкции).	2	-	2	
<b>ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА (8 часов)</b>					
2.	Бальные танцы. История возникновения.	2	-	2	
3.	Вальс. История возникновения.	2	-	2	
4.	Менуэт. История возникновения.	2	-	2	
5.	Гавот. История возникновения.	2	-	2	
<b>АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ (6 часов)</b>					
6.	Темповые обозначения.	2	-	2	
7.	Знакомство с особенностями танцевальной музыки.	2	-	2	
8.	Музыкальный аккомпанемент на уроках хореографии.	2	-	2	
<b>ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА (52 часа)</b>					
9.	Закрепление пройденного материала в 4 год обучения.	-	2	2	
10.	Закрепление пройденного материала в 4 год обучения.	-	2	2	
11.	Demie и grahd plie с элементами port de bras.	-	2	2	
12.	Battemtnt tendu крестом по 5 позиции с battement puor le pied.	-	2	2	



13.	Battemtnt tendu ietes по 5 позиции с battemtnt tendu pike.	-	-	2	
14.	Rond de jambe par terre с passe par terre в позах efase, ecarte.	-	2	2	
15.	Battment fondus с passe par terre в позах efase, ecarte.	-	2	2	
16.	<b>Т.</b> Техника исполнения rond de jamb an ler 45 градусов. <b>П.</b> Исполнение упражнения из исходной 5 позиции (музыкальный размер 2/4).	0,5	1,5	2	
17.	Battment frape в позах efase и ecarte.	-	2	2	
18.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment frape с battment duple frappe. <b>П.</b> Исполнение из 5 позиции в позах efase, ecarte.	0,5	1,5	2	
19.	<b>Т.</b> Техника исполнения petit battment . <b>П.</b> Исполнение упржнения исходная позиция 5.	0,5	1,5	2	
20.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения petit battment с battment frape. <b>П.</b> Исполнение движения крестом по 5 позиции.	0,5	1,5	2	
21.	<b>Т.</b> Техника исполнения движения battment double frappe с battment frappe. <b>П.</b> Исполнение движения крестом по 5 позиции.	0,5	1,5	2	
22.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment soutemi. <b>П.</b> Исполнение движения крестом по 5 позиции.	0,5	1,5	2	

23.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment releve lente на 90 градусов. <b>П.</b> Исполнение движения крестом по 5 позиции.	0,5	1,5	2	
24.	<b>На середине зала.</b> <b>Классические позы.</b> <b>Т.</b> Техника исполнения 1-3 port de bras с plie. <b>П.</b> Исполнение движения 1 позиции.	0,5	1,5	2	
25.	<b>Т.</b> Техника исполнения Движения temps lie par terre с 1 -3 port de bras. <b>П.</b> Исполнение temps lie par terre . Исходная 5 позиция.	0,5	1,5	2	
26.	Подготовка к туру an de or и an de dan из 5 позиции.	-	2	2	
27.	<b>Т.</b> Техника исполнения позы arabesque в сочетании с port de bras. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
28.	<b>Прыжки.</b> <b>Т.</b> Техника исполнения allegro. <b>П.</b> Исполнение allegro из 1 позиции.	0,5	1,5	2	
29.	<b>Т.</b> Техника исполнения ра de bure an tur nan. <b>П.</b> Исполнение движения с 5 позиции.	0,5	1,5	2	
30.	<b>Прыжки.</b> <b>Т.</b> Техника исполнения tur jete из 4 позиции. <b>П.</b> Исполнение движения.	0,5	1,5	2	
31.	<b>Т.</b> Техника исполнения tur pike. <b>П.</b> Исполнение движения с 4 позиции.	0,5	1,5	2	
32.	<b>Классические позы.</b> Маленькая поза groise.	-	2	2	

33.	Маленькая поза efase.	-	2	2	
34.	Маленькая поза ecarte.	-	2	2	
<b>ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА (60 часов)</b>					
35.	<b>Т.</b> Техника исполнения высоких каблучных упражнений. <b>П.</b> Исполнение основного вида.	0,5	1,5	2	
36.	<b>Т.</b> Техника исполнения каблучного упражнения с перескоками и с раскрыванием в прыжке ноги на пятку. <b>П.</b> Исполнение движения с battment tondu из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
37.	<b>Т.</b> Техника исполнения каблучного упражнения из 1 прямой позиции. <b>П.</b> Исполнение движения с battment tondu.	0,5	1,5	2	
38.	<b>Т.</b> Техника исполнения Rond de jamb par terre. В полуприседании, с полуприседанием. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
39.	<b>Т.</b> Техника исполнения Rond de par terre, с поворотом пятки опорной ноги. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
40.	<b>Т.</b> Техника исполнения Rond de jambe par terre с подскоком. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
41.	<b>Т.</b> Техника исполнения Rond de jamb par terre, с подскоком и поворотом пятки опорной ноги. <b>П.</b> Исполнение движения	0,5	1,5	2	

	из 5 позиции.				
42.	Дробные выстукивания по первой прямой позиции всей ступнѣй	-	2	2	
43.	Дробные выстукивания одинарные удары всей ступнѣй, поочерѣдно одной и другой ногой.	-	2	2	
44.	Дробные выстукивания с подскоком на опорной ноге.	-	2	2	
45.	Дробные выстукивания с подскоком и переступанием.	-	2	2	
46.	Дробные выстукивания, двойные удары, всей ступнѣй с подъѣмом пятки опорной ноги.	-	2	2	
47.	Дробные выстукивания, двойные удары всей ступнѣй с подскоком на опорной ноге.	-	2	2	
48.	Дробные выстукивания, двойные удары всей ступнѣй с подскоком и переступанием	-	2	2	
49.	"Восьмѣрка", основной вид.	-	2	2	
50.	"Восьмѣрка" с полуприседанием на опорной ноге.	-	2	2	
51.	"Восьмѣрка" в сочетании с растяжкой.	-	2	2	
52.	Верѣвочка с ударом полупальцами.	-	2	2	
53.	Верѣвочка с переступанием на ребро каблука.	-	2	2	
54.	Верѣвочка с ударом ступней.	-	2	2	
55.	Верѣвочка с ковырялочкой.	-	2	2	
56.	Верѣвочка со скользящим ударом ребром каблука	-	2	2	

	от себя.				
57.	Верёвочка с переступанием на каблуках.	-	2	2	
58.	Молоточки продольные. Основной вид.	-	2	2	
59.	Молоточки поперечные.		2	2	
60.	Подбивка. Основной вид.	-	2	2	
61.	Подбивка с переступанием.	-	2	2	
62.	Подбивка - маятник.		2	2	
63.	Мужские движения (голубцы).	-	2	2	
64.	Присядка с вынесением ноги в сторону (исполняется лицом к станку).	-	2	2	
<b>ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА (22 часа)</b>					
65.	<b>Т.</b> Краткий словарь терминов модерн – джаз танца. <b>П.</b> Исполнение движений модерн-джаз танца.	0,5	1,5	2	
66.	Экзерсис, джаз модерн танца.	-	2	2	
67.	dimi и grand plie по параллельным позициям и с переводом стоп, из aut в in позиции, и наоборот.	-	2	2	
68.	dimi и grand plie в соединении с releve, plie-releve.		2	2	
69.	battment tendu и jete по параллельным позициям.	-	2	2	
70.	battment tendu и jete с сокращённой стопой (flex).	-	2	2	
71.	battment tendu и jete с элементом brach.	-	2	2	
72.	battment tendu и jete в соединении с другими элементами.	-	2	2	

73.	Rond de famb par terre по параллельным позициям.	-	2	2	
74.	Rond de famb par terre с сокращённой стопой	-	2	2	
75.	Rond de famb par terre в соединении с другими элементами.	-	2	2	
<b>ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ (18 часов)</b>					
76.	Танцевальная импровизация в классическом стиле.	-	2	2	
77.	Танцевальная импровизация в народном стиле.	-	2	2	
78.	Танцевальная импровизация в стиле модерн - джаз танца.	-	2	2	
79.	Этюд на тему «Осень».	-	2	2	
80.	Этюд на тему "Осенний дождь".	-	2	2	
81.	Этюд на тему "Новогодний маскарад".	-	2	2	
82.	Этюд на тему "Метель в лесу".	-	2	2	
83.	Сказка в музыке и танце, этюды по мотивам любимых сказок.	-	2	2	
84.	Импровизация на свободную тему.	-	2	2	
<b>ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА (24 часов)</b>					
85.	Работа над образом, раскрывающимся в танце.	-	2	2	
86.	Разучивание движений танца по степени их сложности.	-	2	2	
87.	Работа над отдельными движениями.	-	2	2	
88.	Работа над отдельными движениями.	-	2	2	
89.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	
90.	Рисунки танца.	-	2	2	

91.	Объединение блоков в законченную форму - танец.	-	2	2	
92.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	
93.	Объединение рисунков танца.	-	2	2	
94.	Работа над музыкальной фонограммой танца.	-	2	2	
95.	Работа над эскизами костюма.	-	2	2	
96.	Сдача готовой постановки.	-	2	2	
<b>РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА (24 ЧАСА)</b>					
97.	Разучивание движений постановочного танца.	-	2	2	
98.	Работа над репертуаром коллектива.	-	2	2	
99.	Закрепление и повторение разучиваемых упражнений.	-	2	2	
100.	Работа над эскизами костюмов.	-	2	2	
101.	Работа на сцене в костюмах.	-	2	2	
102.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
103.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
104.	Генеральная репетиция.	-	2	2	
105.	Работа с реквизитом.	-	2	2	
106.	Работа на сцене по точкам.	-	2	2	
107.	Сводная репетиция.	-	2	2	
108.	Сводная репетиция.	-	2	2	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>27</b>	<b>189</b>	<b>216</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ 6 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Содержание	Количество часов			Прим.
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. Цели и задачи коллектива. Требования к занимающимся в объединении. Правила гигиены и безопасности на уроках хореографии (инструкции).	2	-	2	
<b>ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА (8 часов)</b>					
2.	Полонез. История возникновения.	2	-	2	
3.	Мазурка. История возникновения.	2	-	2	
4.	Контрданс. История возникновения.	2	-	2	
5.	Кадриль. История возникновения.	2	-	2	
<b>АЗБУКА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ (6 часов)</b>					
6.	Темповые обозначения.	2	-	2	
7.	Понятия о танцевальных жанрах.	2	-	2	
8.	Роль музыки в танце.	2	-	2	
<b>ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА (50 часов)</b>					
9.	Закрепление пройденного материала за 5 год обучения.	-	2	2	
10.	Закрепление пройденного материала.	-	2	2	
11.	Demie и grand plie с элементами port de bras с переходом на полупальцы.	-	2	2	
12.	Battemtnt tendu крестом по 5 позиции с battement puor le pied с переходом на полупальцы.	-	2	2	



13.	Battemtnt tendu ietes по 5 позиции с battemtnt tendu pike с переходом на полупальцы.	-	2	2	
14.	Rond de jambe par terre с passe par terre в позах efase, ecarte с переходом в растяжку.	-	2	2	
15.	Battment fondus с Battment developpe в позах efase, ecarte.	-	2	2	
16.	<b>Т.</b> Техника исполнения rond de jamb an ler 45 градусов с passe на 45 градусов. <b>П.</b> Исполнение упражнения из исходной 5 позиции (музыкальный размер 2/4)	0,5	1,5	2	
17.	Battment frape крестом по 4. battment petit крестом по одному.	-	2	2	
18.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment petit sur le cou - de - piet. <b>П.</b> Исполнение из 5 позиции крестом.	0,5	1,5	2	
19.	<b>Т.</b> Техника исполнения grand batment jete. <b>П.</b> Исполнение из 5 позиции крестом.	0,5	1,5	2	
20.	Grand batment jete с passe на 90 градусов.	-	2	2	
21.	Releve lent des pieds крестом по одному.	-	2	2	
22.	<b>Т.</b> Техника исполнения battment soutemi. <b>П.</b> Исполнение движения крестом по 5 позиции.	0,5	1,5	2	
23.	<b>Т.</b> Техника исполнения grand battment jete pointe. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции крестом.	0,5	1,5	2	
24.	<b>Т.</b> Техника исполнения	0,5	1,5	2	

	battment releve lente на 90 градусов. <b>П.</b> Исполнение движения крестом по 5 позиции.				
25.	<b>На середине зала.</b> <b>Т.</b> Техника исполнения 1 arabesques. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
26.	<b>Т.</b> Техника исполнения 2 arabesques. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
27.	<b>Т.</b> Техника исполнения 3 arabesques. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
28.	<b>Прыжки.</b> <b>Т.</b> Техника исполнения sissone simple. <b>П.</b> Исполнение sissone simple из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
29.	<b>Т.</b> Техника исполнения sissone fermee. <b>П.</b> Исполнение движения с 5 позиции.	0,5	1,5	2	
30.	<b>Т.</b> Техника исполнения sissonne ouvertes. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
31.	<b>Т.</b> Техника исполнения assemble. <b>П.</b> Исполнение движения из 5 позиции.	0,5	1,5	2	
32.	<b>Т.</b> Техника исполнения pas sourus. <b>П.</b> Бег на полупальцах, по не выворотной 1 позиции.	0,5	1,5	2	
33.	<b>Т.</b> Техника исполнения pas suivi. <b>П.</b> Исполнение pas suivi по невыворотной 5 позиции.	0,5	1,5	2	

<b>ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА (60 часов)</b>					
34.	Повторение изученного материала за 5 год обучения.	-	2	2	
35.	Повторение изученного материала за 5 год обучения.	-	2	2	
36.	Выстукивание каблуками поочерёдно одной и другой ногой: с переносом тяжести корпуса с ноги на ногу.	-	2	2	
37.	Выстукивание каблуками поочерёдно одной и другой ногой: с перескоком с ноги на ногу	-	2	2	
38.	Выстукивание каблуками поочерёдно одной и другой ногой: с переступанием.	-	2	2	
39.	Выстукивание каблуками поочерёдно одной и другой ногой: ударом каблуком с двумя перескоками с ноги на ногу.	-	2	2	
40.	Поочерёдные удары каблуком и полупальцами с подъёмом пятки опорной ноги: удары каблуком и полупальцами с подскоком.	-	2	2	
41.	Удары всей ступней вытянутой вперёд ноги, с подскоком на опорной ноге.	-	2	2	
42.	Одинарные удары всей ступней работающей ноги с подъёмом пятки опорной ноги: поворотами колена из выворотного и невыворотного	-	2	2	

	положения и обратно.				
43.	Одинарные удары всей ступней работающей ноги с подъёмом пятки опорной ноги: двойные удары всей ступней с подъёмом пятки опорной ноги.	-	2	2	
44.	Упражнение с не напряжённой стопой, не от себя и к себе, основной вид.	-	2	2	
45.	Упражнение с не напряжённой стопой, не от себя и к себе, с ударом полупальцами работающей ноги.	-	2	2	
46.	Упражнение с не напряжённой стопой, не от себя и к себе, с подскоком на опорной ноге.	-	2	2	
47.	Упражнение с не напряжённой стопой, не от себя и к себе, акцентом к себе.	-	2	2	
48.	Упражнение с не напряжённой стопой, не от себя и к себе, с подскоками и переступаниями.	-	2	2	
49.	Упражнение с не напряжённой стопой, не от себя и к себе, с перескоками с ноги на ногу.	-	2	2	
50.	Упражнение с не напряжённой стопой, не от себя и к себе, с переступанием и наклоном корпуса.	-	2	2	
51.	Упражнение с не напряжённой стопой, не от себя и к себе, от себя с	-	2	2	

	подъёмом пятки опорной ноги.				
52.	Зигзаги, змейка.	-	2	2	
53.	Зигзаги одинарные, основной вид.	-	2	2	
54.	Зигзаги одинарные, с ударом ступней.	-	2	2	
55.	Зигзаги двойные, основной вид.	-	2	2	
56.	Зигзаги двойные с ударом ступней.	-	2	2	
57.	Раскрытие ноги на 90 градусов, основной вид.	-	2	2	
58.	Раскрытие ноги на 90 градусов с полуприседанием на опорной ноге.	-	2	2	
59.	Раскрытие ноги на 90 градусов с поворотом колена к станку и от станка.	-	2	2	
60.	Большие броски, основной вид.	-	2	2	
61.	Большие броски, с полуприседанием.	-	2	2	
62.	Большие сквозные броски, с полуприседанием.	-	2	2	
63.	Голубец, ползунок, закладка.	-	2	2	
<b>ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА (22 часа)</b>					
64.	battment frape и battment fondu по параллельным позициям.	-	2	2	
65.	battment frape и battment fondu с сокращённой стопой.	-	2	2	
66.	battment frape и battment fondu с изменением вертикального положения корпуса.	-	2	2	
67.	battment develope по параллельным позициям.	-	2	2	

68.	battment developé с сокращённой стопой.	-	2	2	
69.	grand battment по параллельным позициям	-	2	2	
70.	grand battment с сокращённой стопой.	-	2	2	
71.	Продвижения в пространстве. Шаги на высоких полупальцах с вытянутыми вверх руками.	-	2	2	
72.	Продвижения в пространстве. Боковой приставной шаг "цапля", "верблюжий шаг".	-	2	2	
73.	Продвижения в пространстве. Виды перестроений.	-	2	2	
74.	Подготовка к вращениям в стиле модерн.	-	2	2	
<b>ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ИМПРОВИЗАЦИЯ (18 часов)</b>					
75.	Танцевальная импровизация в классическом стиле.	-	2	2	
76.	Танцевальная импровизация в народном стиле.	-	2	2	
77.	Танцевальная импровизация в стиле модерн - джаз танца.	-	2	2	
78.	Этюд на тему «Осенние листья».	-	2	2	
79.	Этюд на тему «Северное сияние».	-	2	2	
80.	Этюд на тему "Весеннее пробуждение".	-	2	2	
81.	Беседа на тему «Импровизация - танец в настоящем».	2	-	2	
82.	Импровизация на свободную тему.	-	2	2	
83.	Импровизация на свободную тему.	-	2	2	

<b>ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА (24 часа)</b>					
84.	Работа над образом, раскрывающимся в танце.	-	2	2	
85.	Разучивание движений танца по степени их сложности.	-	2	2	
86.	Работа над отдельными движениями.	-	2	2	
87.	Работа над отдельными движениями.	-	2	2	
88.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	
89.	Рисунки танца.	-	2	2	
90.	Объединение блоков в законченную форму - танец.	-	2	2	
91.	Объединение движений в комбинации.	-	2	2	
92.	Объединение рисунков танца.	-	2	2	
93.	Работа над музыкальной фонограммой танца.	-	2	2	
94.	Работа над эскизами костюма.	-	2	2	
95.	Сдача готовой постановки.	-	2	2	
<b>РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА (26 часов)</b>					
96.	Разучивание движений постановочного танца.	-	2	2	
97.	Работа над репертуаром коллектива.	-	2	2	
98.	Закрепление и повторение разучиваемых упражнений.	-	2	2	
99.	Работа над эскизами костюмов.	-	2	2	
100.	Работа на сцене в костюмах.	-	2	2	
101.	Подготовка к концертам.	-	2	2	
102.	Подготовка к концертам.	-	2	2	

103.	Генеральная репетиция.	-	2	2	
104.	Работа с реквизитом	-	2	2	
105.	Работа на сцене по точкам	-	2	2	
106.	Сводная репетиция.	-	2	2	
107.	Сводная репетиция.	-	2	2	
108.	Сводная репетиция.	-	2	2	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>25,5</b>	<b>190,5</b>	<b>216</b>	



## **Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

**Теоретические занятия** проводятся преимущественно в форме рассказа, беседы. На этих занятиях изучаются термины, определения, основные положения хореографических конкурсов, проговариваются правила исполнения движений, просматриваются видеофильмы, даются советы, как использовать полученные знания на практике.

**Практические занятия** включают выполнение различных подготовительных упражнений, постановки танцев, репетиции. На занятиях используются следующие методы работы:

- объяснительно-иллюстративный
- практический
- репродуктивный
- наглядный
- проблемный
- игровой
- словесный
- частично-поисковый

а также приёмы:

- творческий выбор
- просмотр фото- и видеорядов
- сотворчество педагога и воспитанника
- упражнения репродуктивные и творческие
- самостоятельная работа
- самостоятельное придумывание

Педагогом используются следующие формы работы: импровизация, игра с воображаемым предметом, придумывание игровых ситуаций, театрализация, упражнения на рефлекссию, коллективное обсуждение, демонстрация, беседы, диалоги, объяснение.

Для достижения намеченных целей и задач используются **основополагающие принципы:**

- принцип системности (работа проводится по плану, занятия и мероприятия идут систематически);
- принцип преемственности (старшие передают опыт и знания младшим)
- принцип научности и доступности (занятия и мероприятия проводятся с использованием новых технологий обучения и воспитания, но в доступной форме);
- принцип гуманизации (признание личности ребенка высшей ценностью воспитания, насыщение содержания воспитания проблемами человека, его духовности, гражданственности);

- принцип связи теории с практикой;
- принцип сознательности и активности (каждый должен осознавать, что это надо прежде всего ему, каждый занимает активную жизненную позицию);
- принцип добровольности;
- принцип индивидуализации (учет индивидуальных возможностей каждого, предоставление возможностей каждому для самореализации и самораскрытия)
- принцип сотрудничества (совместное планирование, организация, анализ);
- принцип целесообразности (все делать с пользой).

Для успешной реализации программы мы имеем **кадровые ресурсы:**

- педагога дополнительного образования, имеющего специальное хореографическое образование
- концертмейстеров
- костюмера

А также

**материально-технические ресурсы:**

- хореографический зал, оборудованный станками, деревянным полом, большими зеркалами
- фортепиано для аккомпанемента
- баян для аккомпанемента
- костюмерную комнату для хранения сценических костюмов
- сценические костюмы
- оборудование и инвентарь
- реквизит для постановок

**учебно-методические ресурсы:**

- дополнительную образовательную программу
- планы занятий
- методические пособия для педагогов-хореографов
- видеоматериалы и DVD записи выступлений, мастер-классов
- стенд коллектива
- фоно- и видеотеку детских песен, классических, народных, современных произведений
- фотоматериалы

**информационные ресурсы:**

- ноутбук
- телевизор
- видеокамера
- фотоаппарат

- DVD-плеер
- экран
- проектор
- сайт учреждения
- интернет-ресурсы

Реализация программы напрямую зависит от взаимодействия педагога и родителей. Основные функции педагога во взаимодействии:

- ✦ ознакомление родителей с содержанием и методикой учебно-воспитательного процесса;
- ✦ вовлечение родителей в совместную деятельность;
- ✦ формирование у родителей положительной мотивации к занятиям хореографией, в целом к деятельности коллектива.

Формы контакта с родителями:

- родительские собрания
- индивидуальные беседы
- анкетирование
- открытые занятия
- помощь во время концертной деятельности, фестивалей и конкурсов

**ЛИТЕРАТУРА, ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ПЕДАГОГОМ  
ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ И  
ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА:**

1. Внеурочные занятия с учащимися начальных классов (1 -4 классы одиннадцатилетней школы). Авторы программ: С.Ф. Абдуллаев, М.С. Боголюбская, М.А. Галагузова, И.Г. Димова, Т.К. Жикалкина, А.П. Журавлёва, А.Е. Кулаков, Н.Н. Касьяненко, А.М. Кадыров, В.С. Кузин, Г.С. Листова, В.В. Мацкевич, В.Г. Машинистов, О.С. Молотоборова, Л.С. Нерсисян, И.О. Новозонов, А.А. Остапец, А.А. Плешаков, Т.М. Пахнова, Г.А. Торопова, Л.И. Феоктистова. – М., Просвещение, 1988.
2. Фоменко И.М. Основы народно – сценического танца. Учебное пособие. – Орёл: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2002.
3. Н.Н. Зенина. Краткая методика преподавания модерн – джаз танца для начинающих (1 год обучения, базовый уровень).- Киров. 2007.
4. А. Я. Ваганова. Основы классического танца. – Л., 1980.
5. Н.П. Базарова, В. Мей. Азбука классического танца. – Л., 1983.
6. Н.П. Базарова. Классический танец. – Л., 1984.
7. О. Островская. Музыка к танцевальным упражнениям. Для музыкальных работников и руководителей детских хореографических коллективов. – М., 1967.
8. Школа танцев для детей. СПб.: «Ленинградское издательство», 2009.
9. Интегрированная творческая программа дополнительного образования для детей 6 – 12 лет «Танец – союз творчества и эстетики»
10. КОГОВУ ДО – Дворец творчества детей и молодёжи:  
<http://dvorecmemorial.ru/>
11. Форум работников детского образования и культуры:  
<http://forum.numi.ru/index.php?showforum=183>.