

02-07

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА №15»

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «29» августа 2023 г.



«Утверждаю»
Директор МАУДО «ДДТ № 15»
С.Н. Грачева

Приказ № 105
от «29» августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«В МИРЕ ТАНЦА И МОДЫ»

Направленность: художественная
Возраст учащихся: 9-15 лет
Срок реализации: 3 года (576 часов)

Автор-составитель:
Гагарина Ольга Васильевна,
педагог дополнительного образования

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	<i>МАУДО города Набережные Челны «Дом детского творчества №15»</i>
2.	Полное название программы	<i>Дополнительная общеразвивающая программа по хореографии «В мире танца и моды»</i>
3.	Направленность программы	<i>Художественная</i>
4.	Сведения о разработчиках ФИО, должность, категория	<i>Гагарина О.В., педагог дополнительного образования первой квалификационной категории</i>
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	<i>3 года: 1 год обучения-144 часа, 2 год обучения-216 часов, 3 год обучения-216 часов.</i>
5.2.	Возраст учащихся	<i>9-15 лет</i>
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	<i>дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая разноуровневая модульная</i>
5.4.	Цель программы	<i>Формирование у учащихся творческих способностей через овладение основами танцевального искусства и применения их на практике</i>
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	<i>Стартовый уровень предполагает минимальную сложность предлагаемого для освоения учащимися материала по хореографии. Базовый уровень предполагает освоение специализированных знаний, умение их самостоятельно применять и комбинировать при выполнении творческих заданий по хореографии и подиумной походке.</i>
6.	Формы и методы образовательной деятельности	<i>Формы: учебное, практическое занятие, занятие-презентация, самостоятельная работа, творческая работа, класс-концерт, открытое занятие, онлайн - занятие, видеозанятие, видеомастер-класс, видеоконференции на платформах мессенджеров Skype, Zoot Методы: словесные, практические, наглядные, контроль и самоконтроль, стимулирования и мотивации, инструктивно-репродуктивный, наблюдения.</i>
7.	Формы мониторинга результативности	<i>Тестирование, практический зачёт, дидактическая игра, концертная программа, работа по карточкам, проверка и контроль знаний учащихся с использованием сервисов Google и YouTube, рассылка заданий для учащихся в WhatsApp.</i>
8.	Результативность реализации программы	<i>По окончании курса обучения, программа усвоена: -эффективный уровень - 43%, -оптимальный уровень - 57%, Сохранность контингента - 93% Участие в конкурсах, фестивалях - 100% Наличие призеров и победителей в конкурсах: - международный уровень- 64% - всероссийский уровень-84%, - республиканский уровень-84%, - муниципальный уровень- 94%. Поступление по профилю обучения - 5%</i>

9.	Дата утверждения и последней корректировки	29 августа 2023 г.
10.	Рецензенты	Нафигина Г.Р., ПДО, высшей кв. категории, МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво» Бычкова О.Л., методист первой квалификационной категории МАУДО «ДДТ №15» Антипова М.В., ПДО, высшей кв. категории, МАУДО «ДДТ №15»

Оглавление

	Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	
1	Информационная карта образовательной программы	2
2	Оглавление	3
3	Рецензия внешняя	4
4	Рецензия внутренняя (2 рецензии)	5-6
5	Сертификат	7
7	Пояснительная записка	8
8	Матрица образовательной программы	20
9	Учебно – тематический план 1 года обучения.	25
10	Учебно – тематический план 2 года обучения	27
11	Учебно – тематический план 3 года обучения	29
12	Содержание программы 1 года обучения	32
13	Содержание программы 2года обучения	35
14	Содержание программы 3 года обучения	38
15	Планируемые результаты освоения программы	41
	Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий	
16	Организационно – педагогические условия реализации программы	42
17	Формы аттестации /контроля	42
18	Оценочные материалы,	43
19	Требования к уровню подготовки учащихся	51
20	Список литературы	58
	Приложение 1	
21	Описание общей методики работы.	59
22	- Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы 1 года обучения	60
	- Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы 2 года обучения	62
	- Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы 3 года обучения	64
	Приложение 2	
	- Календарный график 1 года обучения	
	- Календарный график 2 года обучения	
	- Календарный график 3 года обучения	
	-План воспитательной работы. Работа с родителями	

Рецензия
на дополнительную общеразвивающую программу художественной
направленности по хореографии «В мире танца и моды» педагога дополнительного
образования первой квалификационной категории МАУДО «Дом детского творчества
№15» Гагариной О.В.

Педагогом дополнительного образования Гагариной О.В. разработана дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «В мире танца и моды» по хореографии для детей возрастной категории 7-10 лет.

Программа по хореографии содержит все необходимые методологические основы включающие: цель, задачи, предмет и объект, представлены диагностические материалы, рассмотрены компетенции, практические материалы дидактического обеспечения разработаны для обеспечения по основным разделам. Представленные материалы отражают нормативные требования и содержательные рекомендации, необходимые при проектировании образовательного процесса по хореографии в сфере дополнительного образования. Практическая направленность программных материалов объясняется потребностью педагогов в методическом сопровождении педагогической деятельности. Образовательная программа представляет интерес не только для педагогов МАУДО «ДТТ №15», но также для практической работы педагогов дополнительного образования детей и других специалистов в сфере воспитания и дополнительного образования детей. Таким образом представленная для реализации работа является актуальной уже в силу того, что подобных разработок среди других методических пособий практически сложно найти.

Программа по хореографии разработанная педагогом дополнительного образования первой квалификационной категории Гагариной О.В. соответствует всем требованиям предъявляемым к работам такого рода. Данные материалы могут быть рекомендованы к публикации, представлены на конкурсе авторских программ, как передовой педагогический опыт.

Программа педагога дополнительного образования Гагариной О.В. составлена и соответствует методическим рекомендациям по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»

Педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
МАУДО «Огниво»



Г.Р.Нафигина

Рецензия
на дополнительную общеразвивающую программу художественной
направленности по хореографии «В мире танца и моды»
педагога дополнительного образования первой квалификационной категории
МАУДО «Дом детского творчества №15» Гагариной О.В.

Театр моды, как современный жанр сценического искусства - это синтез моды, музыки, эстрады и театра. Он требует для своего воплощения наличие у учащихся определённых способностей и конкретных знаний в области теории моды, умения двигаться по сцене, в соответствии с музыкой разных жанров и стилевых направлений, используя разнообразие элементы различных видов танца.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности по хореографии и дефиле «В мире танца моды» разработана и адаптирована на учащихся детского коллектива театр моды «Орхидея». Программа направлена на познание танцевальной культуры и культуры мира моды, формирование навыков творческой деятельности, воспитание художественного вкуса, физическое совершенство личности средствами искусства танца и дефиле. Программа рассчитана на учащихся 11-16 лет, срок реализации - 3 года. Программа имеет практико-ориентированный характер и способствует развитию основ мастерства: освоения хореографических знаний, умений и навыков и основ подиумной походки.

Актуальность данной программы обусловлена необходимостью формирования у подрастающего поколения социально-значимых качеств личности, что происходит посредством включения учащихся в социально-полезную деятельность. Отличительные особенности данной программы заключается в том, что в ней заложена интеграция различных видов художественной деятельности: хореография, дефиле, сценическое движение.

Программа содержит необходимые структурные элементы. Содержательная часть программы раскрывает основные темы занятий. В программе грамотно изложено содержание учебного материала, в который включено: изучение элементов и основных комбинаций классического, балетного, народного танца, элементов дефиле. Используются здоровьесберегающие технологии: логоритмика, кинезотерапия, детская хатха-йога.

Дополнительная общеразвивающая программа педагога дополнительного образования Гагариной О.В. составлена в соответствии с требованиями Методических рекомендаций по проектированию и реализации общеобразовательных программ (в том числе адаптированных), РЦБР, г. Казань.

Методист первой квалификационной категории
МАУДО «Дом детского творчества №15»



О.Л. Бычкова

Рецензия
на дополнительную общеразвивающую программу художественной
направленности по хореографии «В мире танца и моды» педагога дополнительного
образования первой квалификационной категории МАУДО «Дом детского творчества
№15» Гагариной О.В.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «В мире танца и моды» по хореографии соответствует требованиям. Актуальность данной программы состоит в том, что педагог уделяет большое внимание развитию музыкально-ритмических способностей учащихся, используя элементы народного, классического, современного танца. Предлагаемые для изучения движения классического танца распределены таким образом, что позволяет не только решить задачи по развитию опорно-двигательного аппарата учащихся, воспитанию навыков выразительности движения, но исправить физические недостатки детей, что в конечном счете оказывает положительное влияние на укрепление здоровья. Элементы хореография в программе даны в достаточном объеме, чтобы учащиеся владели координационно-пластическими навыками в этой области народного искусства и обрели знания о стиле, характере и хореографических особенностях танцев.

Основной целью программы является формирование социально активной личности, сочетающей в себе высокие нравственные качества, деловитость, творческую индивидуальность. Из неё вытекают задачи, определённые автором: развитие танцевальных и музыкальных творческих способностей, формирование эстетической, танцевальной культуры, воспитания восприимчивости к творчеству, приобщение к искусству хореографии, формирование сознательного отношения к своему здоровью. Кроме того автор уделяет большое внимание принципам здоровьесберегающей деятельности. Данная программа может быть рекомендована для реализации в учреждениях дополнительного образования детей.

Программа педагога дополнительного образования Гагариной О.В. составлена и соответствует методическим рекомендациям по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»

Педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
МАУДО «Дом детского творчества №15»

 М.В. Антипова

СЕРТИФИКАТ № 390

Настоящий сертификат соответствия программы требованиям Методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных) в новой редакции», ГБУ ДО «Республиканский центр внешкольной работы» 2023 год, выдан педагогу дополнительного образования **Гагариной Ольге Васильевне**.

Данный сертификат дает право на реализацию дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности «В мире танца и моды» МАУДО города Набережные Челны «Дом детского творчества №15» сроком до мая 2025 года.

Рецензенты:

Нафигина Г.Р., педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории МАУДО «Центр детского творчества №16 «Огниво».

Бычкова О.Л., методист первой квалификационной категории МАУДО «Дом детского творчества №15».

Антипова М.В., педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории МАУДО «Дом детского творчества №15».

Директор
МАУДО «ДДТ № 15»

С.Н. Грачева

Заместитель директора по УВР
МАУДО «ДДТ № 15»

С.П. Шереметьева

Методист
МАУДО «ДДТ № 15»

О.Л. Бычкова



г. Набережные Челны
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Театр моды - современный жанр сценического искусства. Это синтез моды, музыки и театра. Раскрытие специфики хореографического и модельного искусства идет в тесном взаимодействии с формированием эстетических восприятий и чувств детей, развитием их потребностей в создании прекрасного. Для воплощения этих задач необходимо наличие определенных способностей, развитие которых происходит через реализацию программы. В дополнительную общеразвивающую программу «В мире танца и моды» включено изучение основ подиумной походки, элементов дефиле разных танцевальных жанров и стилевых направлений: эстрадного, народного, бального, классического; изучение теории и истории моды традиционной культуры различных народов, современных направлений моды. Программа способствует приобщению к миру танца и моды, знакомит с историей хореографии и её направлениями, с музыкальными жанрами. Все это развивает и обогащает учащихся. Дополнительная общеразвивающая программа «В мире танца и моды» способствует развитию основ хореографического мастерства и реализации творческих способностей, воспитанию у учащихся бережного отношения к костюмам, как к произведениям искусства.

Направленность программы – художественная. Дополнительная общеразвивающая программа «В мире танца и моды» по хореографии и дефиле направлена на познание танцевальной культуры и культуры мира моды, формирование навыков творческой деятельности, воспитание художественного вкуса, физическое совершенство личности средствами искусства танца и дефиле.

Уровень программы – базовый. Программа носит практико-ориентированный характер и способствует освоению хореографических знаний, умений и навыков и основ подиумной походки.

Нормативно-правовое обеспечение программы. При разработке дополнительной общеразвивающей программы основными нормативными документами являются следующие:

- Указ Президента Российской Федерации от 08 ноября 2021 г. № 633 «Об утверждении Основ государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утвержденная Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642;
- Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.);

- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» в рамках Национального проекта «Образование», утверждённого Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 03 сентября 2018 г. №10;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения России от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»);
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- План работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022-2024 годы) в Республике Татарстан, утверждён заместителем Премьер-министра Республики Татарстан Л.Р. Фазлеевой 31.08.2022 года;
- Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Дом детского творчества №15»;

При проектировании и реализации программы также учтены методические рекомендации:

- Письмо Министерства просвещения России от 31 января 2022 года №ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Письмо Министерства просвещения России от 30 декабря 2022 года № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»);
- Письмо ГБУ ДО «Республиканский центр внешкольной работы» № 2749/23 от 07.03.2023 года «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию и реализации современных

дополнительных общеобразовательных программ (в том числе, адаптированных) в новой редакции» /сост. А.М. Зиновьев, Ю.Ю. Владимирова, Э.Г. Дёмина).

Актуальность. Актуальность данной программы обусловлена необходимостью формирования у подрастающего поколения социально-значимых качеств личности, что происходит посредством включения учащихся в социально-полезную деятельность. Созданы условия для интеллектуального и духовного развития учащихся, их социального, культурного самоопределения, творческой самореализации. Программа ориентирована на решение задач, связанных с условиями временного ограничения через проведение занятий в заочной форме и включает необходимые инструменты электронного обучения.

Педагогическая целесообразность программы заключается в использовании методов и форм организации образовательной деятельности по программе. Для достижения целей и задач, поставленных образовательной программой используются различные методы и приёмы:

–словесные методы: рассказ, описание, объяснение, указание, дискуссия, беседа, поощрение лекция, работа с книгой;

–наглядные методы: показ иллюстративных пособий: плакатов, таблиц, схем, фрагментарный показ упражнений и движений педагогом; демонстрация постановок, презентаций, видео материалов;

–практические методы: выполнение творческих заданий, составление комбинаций, работа над ошибками, воспроизведение, игровой, соревновательный, тренировки;

–эвристический метод: частично – поисковый, поисковый, метод проблемного изложения, проблемные задания, творческие работы и проекты;

–методы стимулирования: создание ситуации успеха, метод открытой перспективы, метод соревнования;

–методы самоконтроля и взаимоконтроля: наблюдение, коррекция, беседа, самоанализ, рефлексия;

–методы дистанционного обучения: видеоконференция, видеозанятия, видеомастер-класс, дистанционные задания по содержанию программы, индивидуальные консультации, рассылка заданий для учащихся в WhatsApp, раздача и хранение информации, проверка и контроль знаний учащихся с использованием сервисов Google и YouTube, обмен учебными материалами, организация коммуникации с учащимися и родителями В-контакте.

Театр моды как современный жанр сценического искусства - это синтез моды, музыки, эстрады и театра. Он требует для своего воплощения не только наличия у участников определенных способностей (артистичности, музыкальности, внешних сценических данных, пластичности, образного мышления), но и конкретных знаний в области теории, истории и психологии моды, умения двигаться по сцене, распределяя время и пространство, в соответствии с музыкой разных жанров и стилевых направлений, используя разнообразные элементы дефиле, эстрадного, народного, бального и классического видов танца. В дополнительной общеразвивающей программе соединены различные виды творческой деятельности: хореография, дефиле, сценическое мастерство. Также программой предусмотрено проведение занятий в условиях дистанционного обучения.

Отличительные особенности данной программы заключается в том, что в ней заложена интеграция различных видов художественной деятельности: хореография,

дефилирование, сценодвижение. Активно используются здоровьесберегающие технологии: лого-ритмика, кинезотерапия, детская хатха-йога. Реализация программы способствует выявлению, развитию и реализации индивидуальных творческих способностей каждого учащегося. Это даёт учащимся возможность реализовать себя в разных направлениях, как в жизни, так и на сцене. В программе запланировано проведение онлайн - занятий, видеозанятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеров Skype, Zoom. Разработаны дистанционные задания по содержанию программы. Предусмотрено проведение индивидуальных консультаций, рассылка заданий для учащихся в WhatsApp. Раздача и хранение информации, проверка и контроль знаний учащихся с использованием сервисов Google и YouTube.

Цель программы. Формирование танцевально-исполнительских способностей, развитие устойчивого интереса к хореографическому и модельному искусству.

Образовательная цель: приобретение учащимися знаний, умений и навыков по хореографии для формирования основ будущего саморазвития.

Задачи:

- формирование знаний элементов и основных комбинаций классического, бального, народного танца, совершенствование техники выполнения танцевальных пластических этюдов, композиций, танцев;
- освоение эмоционально выразительного исполнения изученных танцевальных композиций различного характера и уровня сложности;
- формирование у учащихся навыков оценки и самооценки, рефлексии учебной деятельности, умения самостоятельно определять цели своего обучения;
- формирование умения защищать проекты, результаты своей деятельности;
- формирование навыка владения техническими средствами обучения;
- формирование умения самостоятельного поиска информации в представленном перечне информационных онлайн-платформ Skype, Zoom, контентях, сайтах, блогах;

Развивающая цель: Развитие индивидуальных творческих и специальных способностей учащихся, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Задачи:

- развитие умения создавать художественный образ в разных видах искусства: хореография, дефиле, театрализация;
- формирование культуры здоровья, укрепление здоровья;
- формирование информационно-коммуникативных компетенций учащихся;
- развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно;

Воспитательная цель: Формирование общей культуры личности ребенка, способной адаптироваться в современном обществе.

Задачи:

- формирование коммуникативной культуры учащихся;
- формирование личностных качеств: целеустремлённости, настойчивости, упорства, выработка твердости характера;
- успешная адаптация учащихся к окружающей действительности;
- развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность;

Программа по хореографии направлена на формирование ключевых компетенций учащихся: учебно-познавательных, информационных и коммуникативных.

Учебно-познавательная компетенция включает в себя компетенции в сфере самостоятельной познавательной деятельности: знания и умения организации целеполагания, планирования, анализа, рефлексии, самооценки учебной деятельности. Познавательная компетентность предполагает степень сформированности специальных знаний, умений и навыков правильного, выразительного, технически грамотного выполнения танцевальных пластических движений в области классической, народной и современной балльной хореографии; импровизационного индивидуального и ансамблевого исполнения; эмоциональной, выразительной передачи характера образов в танцевальных композициях.

Организация работы над творческими и учебными проектами, рефератами, презентациями формирует у учащихся информационную компетентность. Включение в практическую деятельность способствует изучению и осознанному использованию информации из различных источников (книги, словари, журналы, видео, фото-материалы, Интернет). Учащиеся приобретают навык поисковой деятельности, учатся находить нужную информацию, анализировать, преобразовывать, обобщать, делать вывод, передавать информацию.

Коммуникативная компетентность предполагает формирование у учащихся навыка работы в группе: умения устанавливать и поддерживать необходимые контакты со сверстниками и окружающими, выбирать способ общения, чувствовать партнера, взаимодействовать с ним в процессе выполнения танцевальной композиции, конструктивно разрешать межличностные конфликты.

Адресат программы. Особенности возрастной группы детей. Программа разработана с учетом возрастных особенностей детей 9-15 лет. Средний школьный возраст (подростковый) характеризуется бурным ростом и развитием всего организма. Продолжается окостенение скелета, кости приобретают упругость и твердость. Возрастает сила мышц. Улучшается контроль коры головного мозга над инстинктами и эмоциями. Однако процессы возбуждения все еще преобладают над процессами торможения. Организм подростка обнаруживает большую утомляемость, обусловленную кардинальными переменами в нем. Восприятие подростка более целенаправленно, организовано и планомерно, чем у младшего школьника. Определяющее значение имеет отношение подростка к наблюдаемому объекту. Внимание произвольно, избирательно. Подросток может долго сосредотачиваться на интересном материале. Для подросткового возраста характерна критичность мышления. Для учащихся данного возраста свойственна большая требовательность к сообщаемой информации: «подросток усиленно требует доказательств». Улучшается способность к абстрактному мышлению. Проявление эмоций у подростков часто бывает достаточно бурное. Особенно сильно проявляется гнев. Для данного возраста достаточно характерны упрямство, эгоизм, уход в себя, острота переживаний, конфликты с окружающими «кризис подросткового возраста». В подростковом возрасте происходит интенсивное нравственное и социальное формирование личности.

Объем программы. Программа разработана по годам обучения. 1-й год обучения - 144 часа, 2-й год обучения - 216 часов, 3-й год обучения - 216 часов. Общее количество часов – 576 часов.

Формы организации образовательного процесса: групповые, в малых группах.

Виды занятий: учебное занятие, практическое занятие, мастер-класс, открытое занятие, зачет, беседа, защита проектов, игра-путешествие, игра сюжетно-ролевая, класс-концерт, презентация, творческий отчет, игровая программа, конкурс, праздник, экскурсия. В программе запланировано проведение онлайн занятий, видеозанятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеров Skype, Zoom. Предусмотрено проведение индивидуальных консультаций, рассылка дистанционных заданий для учащихся в WhatsApp.

Сроки освоения программы. Срок обучения по программе 3 года.

Режим занятий. Занятия проводятся согласно учебно-тематическому плану: два раза в неделю по 1 час 30 минут, с 10 минутным перерывом - 1 год обучения и три раза в неделю по 1 час 30 минут, с 10 минутным перерывом - 2 и 3 год обучения. В объединение принимаются все желающие дети без предварительного просмотра. К занятиям допускаются учащиеся на основании ежегодного медицинского заключения врача. В условиях дистанционного образования сокращение режима занятий с учетом использования технических средств обучения (при необходимости) согласно рекомендациям СанПин.

Планируемые результаты.

1 год обучения.

Правила техники безопасности.

Знать:

- правила дорожного движения;
- правила поведения в хореографическом зале, в раздевалке, в здании;
- правила выполнения упражнений, элементов движений, тренажа.

Уметь:

- вести себя в соответствии с правилами распорядка;
- выполнять упражнения, элементы и движения тренажа.

Раздел «Технологии здоровьесбережения. Практическая хатха-йога».

Знать:

- асаны гармонизирующего комплекса, активизирующие работу внутренних органов;

Уметь:

- выполнять задания – комплекс упражнений, состоящих из нескольких поз;
- владеть навыками: выполнения дыхательных упражнений (пранаяма).

Раздел «Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца».

Знать:

- терминологию;
- позиции ног и рук;
- технику выполнения движений, прыжков элементов и движений классического танца.

Уметь:

- самостоятельно выполнять разученные элементы у станка и на середине зала.

Владеть навыками:

- подтянутость и устойчивость, легкость и законченность в исполнении движений.

Раздел «Основы народной хореографии».

Знать:

- историю возникновения народных танцев;
- положения и движения рук;
- основные элементы и шаги.

Уметь:

- выполнять движения русского, татарского танца, импровизируя под музыку.

Раздел «Подиумная походка».

Знать:

- положения рук;
- виды фиксации;
- рисунки на основе ходов и поворотов.

Уметь:

- использовать знания положений рук в зависимости от фасона и кроя рукава;
- логически перестраиваться на основе шагов и поворотов при работе в группах;
- составлять комбинацию на основе фиксации, поворотов, возвратов и рисунков.

Раздел «Стретчинг».

Знать:

- компоненты методики управления физической нагрузкой при выполнении упражнений;

Уметь:

- технично выполнять статические упражнения в предлагаемом комплексе.

Раздел «Работа над репертуарными композициями».

Знать:

- танцевальные композиции.

Уметь:

- связывать движения в единстве с эмоциональными впечатлениями и музыкально-ритмического и метроритмического слушания;
- опережающее «слышать» внутренний ритм музыки (музыкальную фразу; предложение, будущую кульминацию звучания).

Владеть исполнительскими навыками:

- координацией движений, эмоциональностью и пластичностью в танце, чистотой исполнения технических приемов.

Знать:

- последовательность работы в мессенджерах Skype, WhatsApp.

Уметь:

- находить нужное приложение, пользоваться им для выполнения заданий;

2 год обучения

Раздел «Правила техники безопасности»

Знать:

- правила дорожного движения;
- правила поведения в хореографическом зале, в раздевалке, в здании;
- правила выполнения упражнений, элементов движений тренажа;

Уметь:

- вести себя в соответствии с правилами распорядка.

Раздел «Элементы классической хореографии».

Знать:

–терминологию новых движений классического танца.

Уметь:

–самостоятельно показать и выполнять движения у станка, позы на середине зала.

Владеть навыками:

–постановки корпуса, рук, ног и головы.

–техники выполнения прыжка.

Раздел «Танцевальная культура средних веков и эпохи возрождения».

Знать:

–историю возникновения танцевальной культуры средних веков и эпохи возрождения;

–основные движения историко-бытовых танцев;

Уметь:

–исполнять реверансы и поклоны: на месте, с шагом в сторону, с поворотом круаза, с позировками.

Владеть навыками: исполнения (манеры и техника) движения в соответствии с музыкой и костюмом.

Раздел «Бальные танцы».

Знать:

–терминологию бальной хореографии;

–комплекс упражнений для разминки.

Уметь:

–выполнять комплекс упражнений для разминки;

– провести разминку с учащимися группы;

–самостоятельно выполнять движения бальной хореографии.

Раздел «Подиумная походка».

Знать:

– виды возвратов, поворотов в ходьбе.

Уметь:

–правильно выполнять возвраты, повороты в ходьбе.

–составлять комбинации для дефиле.

Раздел «Основные элементы и движения народных танцев».

Знать:

–историю возникновения танцев и костюмов народов Поволжья;

–положения рук и ног в народных танцах;

–основные ходы и движения народных танцев.

Уметь:

–определять на слух мелодию татарского, русского танца;

–составлять комбинацию из основных элементов татарского, русского танца.

Раздел «Работа над репертуарными композициями».

Знать:

- танцевальные композиции, предусмотренные репертуарным планом.

Уметь:

–исполнять танцы, предусмотренные программой и репертуаром.

Знать:

–последовательность работы в мессенджерах Skype, Zoom, WhatsApp и сервисе Google;

Уметь:

–находить нужное приложение, пользоваться им для выполнения заданий;

3 год обучения

Раздел «Правила техники безопасности».

Знать:

–правила дорожного движения;

–правила поведения в хореографическом зале, в раздевалке, в здании;

–правила выполнения упражнений, элементов движений тренажа;

Уметь:

–вести себя в соответствии с правилами распорядка.

Раздел «Элементы классической хореографии».

Знать:

–комбинации экзерсиса у станка, на середине зала.

Уметь:

–выразительно, устойчиво, координировано и технически грамотно выполнять элементы классической хореографии;

–составлять комбинации в адажио, аллегро и небольшие танцевальные композиции.

Владеть навыками:

–стилевых особенностей исполнения комбинаций в зависимости от характера музыки.

Раздел «Основные элементы и движения спортивной гимнастики».

–Знать:

–технику исполнения подводящих элементов.

–Уметь:

–правильно выполнять движения и комбинации.

Раздел «Подиумная походка».

Знать:

–виды возвратов и технику их исполнения;

–повороты - переступания и технику их исполнения;

Уметь:

–составлять комбинации на основе возвратов и поворотов.

Раздел «Основные элементы и движения танца-модерн».

Знать:

–варианты шагов энергичного и лирического характера; варианты прыжков, поворотов и вращений;

–комбинации, включающие в себя упражнения в положении «Shouldersstand (стоя на лопатках)».

–упражнения в положениях «Kneesit» и «Kneestand».

Уметь:

–выполнять шаги энергичного и лирического характера;

–повороты и вращения в комбинациях;

–составлять комбинацию прыжков в сочетании с другими элементами;

–составлять комбинации на основе элементов классического танца.

Владеть навыками:

–выполнения упражнений на изоляцию частей тела, упражнений стретч – характера.

Знать:

–последовательность работы в мессенджерах Skype, Zoom, WhatsApp и сервисах Google и YouTube.

Уметь:

–находить нужное приложение, пользоваться им для выполнения заданий.

Программа обеспечивает достижение учащимися определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты отображаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программы, это: воспитание любви и уважения к культуре своего народа; формирование ответственного отношения к учению; формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; готовности и способности вести диалог со сверстниками и взрослыми, и достигать в нём взаимопонимания; формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности; принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных способностей учащихся, проявляющихся в познавательной и практической творческой деятельности: умение под руководством педагога определять цели своего обучения, формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, умение планировать пути достижения целей; умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения, владение основами самоконтроля, самооценки; умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение, высказывать своё мнение.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в танцевально-творческой деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета: формирование основ художественной культуры учащихся: развитие наблюдательности, зрительной памяти, ассоциативного мышления, художественного вкуса и творческого воображения; развитие визуально-пространственного мышления; воспитание уважения к истории хореографической культуры; создание художественного образа в разных видах и жанрах (хореография, дефиле, сценодвижение); развитие индивидуальных творческих способностей учащихся, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Формы подведения итогов реализации программы. С целью выявления уровня усвоения программы в начале года на втором и третьем году обучения, проводится диагностика. На первом и втором году обучения проводится промежуточная аттестация в форме дидактических игр, практического зачёта, творческого отчета, концертной программы. Аттестация по завершении освоения программы проводится для выпускников в мае в форме компьютерного тестирования, защиты портфолио и концертной программы.

Текущий контроль по темам и разделам программы проводится в форме: письменного опроса, работы по карточкам, творческой работы, защиты проектов, деловой игры «Творческая мастерская», игры «Смена ролями», конкурсной программы «Я модель», работы по карточкам, «Круговой тренаж», «Лучший танцевальный этюд». Предусмотрено проведение контроля знаний учащихся с использованием сервисов Google и YouTube, рассылка заданий для учащихся в WhatsApp.

Учащиеся первого года обучения принимают участие в концертных программах, региональных и республиканских конкурсах и фестивалях. Участие в концертных программах различного уровня, конкурсах и фестивалях республиканского и международного уровня принимают учащиеся второго и третьего года обучения.

По итогам завершения обучения по дополнительной общеразвивающей программе по хореографии, учащимся, освоившим программу на оптимальном уровне успешно прошедшим квалификационные испытания и участвующим в течение года в конкурсах и фестивалях республиканского и международного уровня выдается свидетельство. Удостоверение выдается учащимся успешно прошедшим квалификационные испытания на оптимальном и эффективном уровне и участвующим в течение года в конкурсах и фестивалях республиканского уровня. Диплом выдается каждому учащемуся, прошедшему полный курс обучения по образовательной программе и усвоившему ее на удовлетворительном уровне.

Воспитательная работа проводится в каникулярное время. Учащимся предлагаются спортивно-развлекательные, игровые, театрализованные, литературно-музыкальные мероприятия.

Программой предусмотрена тесная связь с родителями. Проводятся тематические родительские собрания, организационные, на которых обсуждаются проблемы коллектива. Проведение совместных мероприятий: праздников, игровых и спортивных программ, концертов. Оформлен «Уголок для родителей». В течение года предусмотрено проведение индивидуальных бесед, тематических консультаций. Организуются открытые занятия по хореографии.

В условиях дистанционного обучения родительские собрания проводятся в онлайн режиме (видеоконференции) на платформах мессенджеров Skype, Zoom. Открытые занятия и концерты в видеоформате родители просматривают на платформах мессенджеров WhatsApp, Telegram.

Осуществление образовательной деятельности по реализации дополнительных общеразвивающих программ с применением дистанционных образовательных технологий.

При проектировании и реализации дополнительной общеразвивающей программы, подготовке к занятиям и мероприятиям с учащимися, педагогом используются дистанционные образовательные технологии.

В программе запланировано проведение онлайн -занятий, видеозанятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеров Skype, Zoom.

Разработаны дистанционные задания по содержанию программы <https://edu.tatar.ru/upload/storage/org1522/files/УП,%20В%20мире%20танца%20и%20мода,%20педагог%20Гагарина%20О.В.pdf>

Предусмотрено проведение индивидуальных консультаций, рассылка заданий для учащихся в WhatsApp.

Раздача и хранение информации, проверка и контроль знаний учащихся с использованием сервисов Google и YouTube.

Обмен учебными материалами, организация коммуникации с учащимися и родителями В-контакте.

Используются электронные образовательные и информационные ресурсы:

<http://www.ddtmosk.spb.ru/all/informaciya-dlya-roditelei-malyshei/obrazovatel'naya-programma-po-horeografii-azbuka-tanc>- Методические пособия, программы, книги, видео по хореографии, музыка для постановки танцев.

http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html -Каталог по хореографии по следующим рубрикам:

Бальный танец. Детское хореографическое творчество. Известные танцоры и хореографы. Каталоги и справочники по хореографии. Классический балет. Модерн-балет. Народный танец и фольклор. Спортивные танцы. Статьи по хореографии. Хореографические творческие объединения. Эстрадный и массовый танец.

<http://zvetik7.ru/programma-obuchenia/horeo.html>

<http://www.horeograf.com/>

<http://www.ddtmosk.spb.ru/all/informaciya-dlya-roditelei-malyshei/obrazovatel'naya-programma-po-horeografii-azbuka-tanc>

http://muzikalkairk.ucoz.ru/load/obuchenie_detej_iskusstvu_khoreografii/3-1-0-525

<http://festival.1september.ru/articles/587644/>

http://mdou210.edu.yar.ru/dopolnitelnoe_obrazovanie/svedeniya_o_programme_obucheniya.htm

<http://www.sov-dance.ru/text/pedchor/>

видеоматериалы мастер-класс Гагарина О.В.

1занятие: <https://drive.google.com/file/d/1dfCeHrBC8kYRthdxcypyscaHGjCYmmKd0/view?usp=sharing>

2занятие: <https://drive.google.com/file/d/1uc5BtrUKK0iP0buZrB8lwMB178vlG1FW/view?usp=sharing>

3занятие: <https://drive.google.com/file/d/1f1X1yMyLITSZiQZZDqYbb5ozABWZk2kU/view?usp=sharing>

4занятие: <https://drive.google.com/file/d/1whZTHUIit8zpMMPmE16wvlkkiWHPn-T/view?usp=sharing>

5занятие: https://drive.google.com/file/d/1_ZrQZZscMEYZ8SdK1tB8tptr2emJg-OT/view?usp=sharing

6занятие: https://drive.google.com/file/d/1vWH2rHz_oGNvfOaWpet7JCIH2250hK4U/view?usp=sharing

7занятие: <https://drive.google.com/file/d/1YdRz09HwTfzvWZTOGgO0fXv4M-M12iGE/view?usp=sharing>

Матрица дополнительной общеразвивающей программы

УРОВНИ	КРИТЕРИИ	ФОРМЫ И МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ	МЕТОДЫ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ	РЕЗУЛЬТАТЫ	МЕТОДИЧЕСКАЯ КОПИЛКА ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫХ ЗАДАНИЙ
СТАРТОВЫЙ	<p>ПРЕДМЕТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Усвоение правил техники безопасности. -Изучение основных терминов и понятий хореографии и дефиле. истории хореографии и моды. -Обучение базовым элементам - комплексу, состоящему из основных движений. - Овладение умениями выполнять элементы движений и комбинации движений. -Обучение умению применять полученные знания в самостоятельной деятельности. -Обучение самостоятельному поиску информации в представленном перечне информационных онлайн-платформ YouTube, мессенджеров WhatsApp, Telegram. -Развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях. 	<p>Опрос, самостоятельная практическая работа, работа в группах, работа в парах, тестовое задание, тест, зачет, рефлексия совместной деятельности.</p> <p>Проверка и контроль знаний учащихся с использованием сервисов Google и YouTube, мессенджеров Skype, Zoom, WhatsApp.</p>	<p>Наглядно-практический, объяснительно-иллюстративный (показ техники движений и приемов), словесные (объяснение, опрос, указания, беседа), методы закрепления материала, методы уровневой дифференциации, организация самостоятельного выбора, индивидуальная беседа онлайн - занятия, видео занятия, видеомастер-классы, видеоконференции.</p> <p>Технология здоровьесбережения, проектная технология, технология дифференцированного обучения, компьютерная</p>	<p>ПРЕДМЕТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Знание правил техники безопасности. -Знание базовых терминов и понятий. -Умение технически правильно выполнять базовые элементы. -Умение выполнять комплекс упражнений. -Владение полученными знаниями и умениями в практической самостоятельной деятельности. 	<p>Дифференциация работы по степени самостоятельности учащихся. Учебные задания для разных групп учащихся: работа под руководством педагога, частично самостоятельная работа, самостоятельная работа.</p> <p>Дифференциация работы по характеру помощи учащимся со стороны педагога. Вспомогательные задания: наводящие вопросы; «карточки - подсказки», образец выполнения задания, инструкции, наглядные опоры, дополнительная конкретизация</p>

			технология, технология портфолио.		задания: разъяснение отдельных этапов выполнения, указание на какую-нибудь существенную деталь, особенность; вспомогательные вопросы, прямые или косвенные, указания по выполнению задания; алгоритм выполнения задания; начало или частичное выполнение задания.
<p>МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умения оценивать правильность выполнения учебной задачи. - Умение осуществлять контроль своей деятельности при выполнении базовых элементов, основных движений. - Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи. - Владение самооценкой. - Умение организовывать совместную деятельность с педагогом и сверстниками; - Умение работать индивидуально, в парах и в группе. 	<p>Педагогическое наблюдение, анкетирование, педагогический анализ</p>	<p>Методы оценивания</p>	<p>МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи. - Умение осуществлять контроль своей деятельности. - Умение организовывать совместную деятельность. 		
<p>ЛИЧНОСТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Воспитание любви и уважения к Родине. - Формирование самостоятельности, ответственного отношения к учению; - Развитие навыков сотрудничества; - Формирование уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку. - Формирование нравственных качеств личности. - Формирование культуры поведения и ответственного отношения к собственным поступкам. - Формирование устойчивого 			<p>ЛИЧНОСТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Знание основных моральных и нравственных норм. - Культура поведения. - Способность к оценке своих поступков и действий других учащихся. - Соблюдение моральных норм поведения. - Стойкий интерес к выбранному 		

	познавательного интереса к выбранному предмету.			виду деятельности.	
БАЗОВЫЙ	<p>ПРЕДМЕТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Знание основных терминов и понятий хореографии и подиумной походки; использование специальной терминологии. -Знание техники выполнения базовых элементов комплекса. -Умения применять полученные знания в проблемных в специально созданных ситуациях. -Умение самостоятельного поиска информации в представленном перечне информационных онлайн-платформ, контентах, сайтах Google и YouTube, мессенджеров Skype, Zoom, В-контакте, WhatsApp, Telegram 	<p>Опрос, самостоятельная практическая работа, работа в группах, работа в парах, тестовое задание, тест, зачет, рефлексия совместной деятельности.</p> <p>Проверка и контроль знаний учащихся с использованием сервисов Google и YouTube мессенджеров Skype, Zoom, WhatsApp.</p>	<p>Наглядно-практический, объяснительно-иллюстративный (показ техники движений и приемов), словесные (объяснение, опрос, указания, беседа), специальные методы физического воспитания, методы закрепления материала, методы уровневой дифференциации, организация самостоятельного выбора</p>	<p>ПРЕДМЕТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Знание правил техники безопасности. -Осмысленность и правильность использования специальной терминологии. -Умения технически правильно выполнять базовые элементы. -Владение полученными знаниями и умениями в специально созданных ситуациях. 	<p>Дифференциация учебных заданий по уровню творчества. Репродуктивные задания: воспроизведение знаний и их применение в привычной ситуации, работа по образцу. Продуктивные задания: применение знаний в измененной или новой, незнакомой ситуации, осуществление более сложных мыслительных действий, нестандартные задания.</p>
	<p>МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. -Умение самостоятельно планировать пути достижения целей. 	<p>Тестирование, наблюдение, собеседование, анкетирование, педагогический анализ ,</p>	<p>Технология оценивания</p>	<p>МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Умение самостоятельно распределять работу в команде, умение слушать друг друга. -Умение организации и 	<p>Дифференциация учебных заданий по уровню трудности. Данный способ дифференциации предполагает виды заданий для наиболее</p>

<p>- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.</p> <p>- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.</p> <p>- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.</p> <p>- Умение взаимодействовать с товарищами.</p> <p>- Умение эффективно распределять и использовать время.</p> <p>Организованность. Общительность. Самостоятельность. Инициативность.</p>	<p>Проблемные ситуации, портфолио учащегося; педагогическое наблюдение, анкетирование, педагогический анализ.</p>		<p>планирования работы, определение способов действий.</p> <p>- Навыки контроля и самоконтроля и самооценки.</p> <p>- Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности.</p>	<p>подготовленных учащихся: усложнение материала; увеличение объёма изучаемого материала (увеличение количества заданий, самостоятельная работа по углубленному изучению); выполнение операции сравнения в дополнение к основному заданию; использование обратного задания</p>
<p>ЛИЧНОСТНЫЕ:</p> <p>- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину.</p>			<p>ЛИЧНОСТНЫЕ:</p> <p>Развитие доверия и способности к пониманию и сопереживанию чувствам других</p>	

<p>-Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.</p> <p>- Развитие морального сознания на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.</p> <p>- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p> <p>- Сформированность внутренней позиции.</p> <p>- Система ценностных отношений к себе, другим участникам образовательного процесса.</p>			<p>людей.</p> <p>Способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения или нарушения моральной нормы.</p> <p>Самоуважение, умение видеть свои достоинства и недостатки, верить в успех.</p> <p>Развитая эмпатия.</p>	
--	--	--	---	--

Учебный (тематический) план первого года обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации/контроля	Дистанционные формы обучения
		всего	теория	практика			
	Вводное занятие. Диагностика. Вводный инструктаж по технике безопасности. Первичный инструктаж. Хореография, её направления и формы.	2	1	1	беседа	диагностика. Игра «Пазлы»	Материал по теме «Техника безопасности» https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-biezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafii видеоконференция дистанционные задания
1.	Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического экзерсиса	24	12	12	практическое занятие, мастер-класс, открытое занятие	Включенное педагогическое наблюдение. Работа по карточкам.	Мастер-класс по теме «Техника выполнения элементов классического экзерсиса: батман тандю, деми плие, релеве» http://www.horeograf.com/ Видеоконференция рассылка заданий для учащихся в WhatsApp
2.	Основы народной хореографии. Основные ходы и движения русского и татарского танца.	24	12	12	практическое занятие, мастер-класс, зачет, открытое занятие	Дидактические игры «Лукошко», «Сандугач», «Тюбетейк»	Видеомастер-класс по теме «Русский народный танец. Методика и практика» https://www.youtube.com/watch?v=aneYg8yvffo http://www.horeograf.com/ видео-конференция
3.	Технологии здоровьесбережения. Практическая хатха-йога. Логоритмика. Кинезотерапия. Гармонизирующий комплекс. Асаны.	24	12	12	практическое занятие, открытое занятие	Включенное педагогическое наблюдение, Дидактическая игра «Угадай-ка»	Видеоматериал по теме «Йога для детей и взрослых». https://vk.com/wall-44674375_2004 видео-конференция Обмен учебными материалами.

	Дыхательная гимнастика. Пранаяма. Повторный инструктаж по технике безопасности.						
4.	Основы дефиле. Подиумная походка. Виды фиксаций. Основные повороты.	24	12	12	практическое занятие, защита проектов, игра-путешествие, зачет, игровая программа	Конкурс «Я модель».	Мастер-класс по теме «Основы подиумной походки. урок 1» https://drive.google.com/file/d/1whZTHUlit8zpMMPmE16wvllkKiWHpN-T/view?usp=sharing Видеоконференция проведение онлайн - занятий, видео занятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеровSkype, Zoom.
5.	Работа над репертуарными композициями. Разучивание движений композиций. Репетиционная работа	24	12	12	практическое занятие, мастер-класс, конкурс, представление, презентация,	Включенное педагогическое наблюдение. Концертная и конкурсная деятельность	Мастер-класс https://drive.google.com/file/d/1dfCeHrBC8kYRthdcxpyscaHGjCYmmKd0/view?usp=sharing https://drive.google.com/file/d/1uc5BtrUKK0iP0buZrB8lwMB178vIG1FW/view?usp=sharing Видеоконференция проведение онлайн - занятий, видеозанятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеровSkype, Zoom.
6.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Тест, класс-концерт		http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html Видеоконференция проведение онлайн - занятий, видеозанятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах

							мессенджеров Skype, Zoom.
7.	Воспитательные мероприятия	18	9	9	Игровые, развлекательные, спортивные программы	Включенное педагогическое наблюдение.	
	Итоговое занятие. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	2	1	1	Экскурсия		Видеоконференция
	Итого:	144	72	72			

Учебный (тематический) план второго года обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации/контроля	Дистанционные формы обучения
		всего	теория	практика			
	Вводное занятие. Диагностика. Вводный инструктаж по технике безопасности. Первичный инструктаж.	2	1	1	беседа	Опрос	Материал по теме «Техника безопасности» https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tehnika-biezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafii видеоконференция дистанционные задания
1.	Классическая хореография. Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического экзерсиса. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	37	17	20	практическое занятие, открытое занятие, творческая работа	Включенное педагогическое наблюдение. Дидактическая игра «Лото».	Мастер-класс по теме «Техника выполнения элементов классического экзерсиса: батман тандю, деми плие, релеве» http://www.horeograf.com/ видеоконференция рассылка заданий для учащихся в WhatsApp
2.	Танцевальная культура	35	15	20	практическое занятие,	Включенное педагогическое наблюдение.	видеоконференция Материал для

	средних веков и эпохи возрождения. Основные движения историко-бытовых танцев. Поклоны и реверансы.				презентация, самостоятельная творческая работа, открытое занятие	кое наблюдение.	изучения по теме «Исторический танец» https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fru.wikipedia.org%2Fwiki%2F%25D0%2598%25D1%2581%25D1%2582%25D0%25BE%25D1%2580%25D0%25B8%25D1%2587%25D0%25B5%25D1%2581%25D0%25BA%25D0%25B8%25D0%25B9%25D1%2582%25D0%25B0%25D0%25BD%25D0%25B5%25D1%2586
3.	Бальные танцы. Основные элементы: латино-американской программы: самба, румба, джайв; европейской программы: медленный вальс, венский вальс, фокстрот, танго	35	15	20	Учебное занятие, практическое занятие, презентация, мастер-класс	Конкурс	Видеоконференция http://www.ddtmosk.spb.ru/all/informaciya-dlya-roditelei-malyshei/obrazovatelnyaya-programma-po-horeografii-azbukatanc
4.	Основы дефиле. Подиумная походка. Виды фиксаций. Основные повороты	35	15	20	Учебное занятие, защита проектов, игра-путешествие, зачет.	Включенное педагогическое наблюдение. Конкурс «Я модель».	Мастер-класс по теме «Основы подиумной походки» http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html Видеоконференция проведение онлайн - занятий, видеозанятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеров Skype, Zoom..

5.	Работа над репертуарными композициями. Разучивание движений композиций Репетиционная работа.	35	15	20	Практическое занятие, конкурсная программа, презентация, творческий отчет	Включенное педагогическое наблюдение. Концертная деятельность	Видео постановки для изучения «Модная мечта» https://www.youtube.com/watch?v=sqME4xjCsJ0 Видео-конференция проведение онлайн - занятий, видео занятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеров Skype, Zoom.
6.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Тест, практический зачет, творческий отчет		http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html Видео-конференция проведение онлайн - занятий, видео - занятий, видео-мастер-классов, видео-конференций на платформах мессенджеров Skype, Zoom.
7.	Воспитательные мероприятия	18	9	9	Игровая, развлекательная, познавательная программы	Включенное педагогическое наблюдение.	
	Итоговое занятие. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	2	1	1	Игровая программа		Видеоконференция
	Итого:	216	89	127			

Учебный (тематический) план третьего года обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации/контроля	Дистанционные формы обучения
		всего	теория	практика			
	Вводное занятие. Диагностика.	2	1	1	беседа	Опрос	Материал по теме «Техника

	Вводный инструктаж по технике безопасности. Первичный инструктаж.						безопасности» https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tehnika-biezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafii Видеоконференция, дистанционные задания
1.	Классическая хореография Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического экзерсиса. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	35	15	20	практическое занятие, открытое занятие, творческая работа	Включенное педагогическое наблюдение. Дидактическая игра «Лото».	Мастер-класс по теме «Техника выполнения элементов классического экзерсиса: батман танцю, деми плие, релеве» http://www.horeograf.com/ Видеоконференция рассылка заданий для учащихся в WhatsApp
2.	Основные элементы и движения спортивной гимнастики. Подводящие элементы. Движения и комбинации.	35	15	20	практическое занятие, презентация, самостоятельная творческая работа	Включенное педагогическое наблюдение. Зачет.	Видеоматериал по теме «Комплекс упражнений партерной гимнастики» http://www.horeograf.com/ видеоконференция
3.	Основные элементы и движения танца-модерн. «Floowork» (работа сидя и лёжа на полу) «Centrwork» (работа на середине зала) «Moninginthespace» (движения в пространстве)	37	17	20	Учебное занятие, практическое занятие, презентация, мастер-класс	Конкурсная программа.	Видео мастер-класс по теме «Танец-модерн» https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fyoutube.com%2Fwatch%3Fv%3D1VWof-uvxHw%26feature%3Dshare Видео мастер-класс по теме «Танец-модерн» https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fyoutube.com%2Fwatch%3Fv%3DhP8fYzs5wIg%26feature%3Dshare

							Видео мастер-класс по теме «Танец-модерн» https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fyoutube.com%2Fwatch%3Fv%3DFAH9TaM55PY%26feature%3Dshare
4.	Основы дефиле. Подиумная походка. Виды фиксации. Повороты-переступания. Виды возвратов.	35	15	20	Учебное занятие, зачет, творческий отчет	Включенное педагогическое наблюдение. Конкурсная программа «Я модель».	Мастер-класс по теме «Основы подиумной походки» http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html видеоконференция
5.	Работа над репертуарными композициями. Разучивание движений композиций Репетиционная работа.	35	15	20	Практическое занятие, конкурсная программа, презентация, творческий отчет	Включенное педагогическое наблюдение. Концертная деятельность	Видео репетиции «Инверсия» https://vk.com/video44568146_456239148 Видео концертной постановки «Посадские фантазии» https://vk.com/video44568146_456239194 Видеоматериал - конкурсная постановка «Города и люди» https://vk.com/video44568146_456239062 Видеоматериал - конкурсная постановка «Родные мотивы» https://vk.com/video-50002290_456239037 Видеоконференция проведение онлайн - занятий, видеозанятий, видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеровSkype, Zoom.
6.	Аттестация по завершении освоения программы	2	1	1	Тест, практический зачет, творческий	Защита портфолио. Тест.	Видеоконференция проведение онлайн - занятий, видеозанятий,

					отчет		видеомастер-классов, видеоконференций на платформах мессенджеров Skype, Zoom.
7.	Воспитательные мероприятия	18	9	9	Игровая, развлекательная, познавательная программа	Включенное педагогическое наблюдение.	
	Итоговое занятие. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	2	1	1	Игровая программа		Видеоконференция
	Итого:	216	89	127			

Содержание программы первого года обучения

Раздел 1. Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца

Тема 1.1 Позиции ног и рук в классическом танце.

Теория. Знакомство с 1,2,3,5,4 позициями ног. Изучение 1,2,5 позиций. Просмотр видеозаписи открытого урока в центре хореографии.

<https://www.youtube.com/watch?v=c-30MTes9xk>

<https://www.youtube.com/watch?v=dryDe6nSwUU>

Практика. Изучение позиций рук (при неполной выворотности ног), исходящих их четырех направлений: подготовительное положение рук, 1,2,3 позиции рук и исходное положение. Положение кисти в позициях рук.

Тема 1.2. Комплекс упражнений для развития гибкости плечевого и поясничного суставов.

Теория. Изучение постановки корпуса сидя; вытягивание, сокращения и вращения стоп одновременно и поочередно.

Практика. Выполнение упражнений для развития гибкости плечевого и поясничного суставов: «Качалка», «Коробочка», «Плуг», «Извивка», «Кольцо» стоя на коленях. Упражнения на исправление осанки: «Кошечка добрая и сердитая», «Кузнечик», «Мыльный пузырь», махи «Противоход» в положении стоя на четвереньках.

Тема 1.3. Элементы классического экзерсиса у станка.

Теория. Знакомство с техникой выполнения элементов классического экзерсиса у станка.

Мастер-класс по теме «Техника выполнения элементов классического экзерсиса: батман тандю, деми плие, релеве» <http://www.horeograf.com/>

Практика. Изучение постановки корпуса лицом к станку. М.р. $\frac{3}{4}$ по 16 тактов в 1,2,5 позициях ног.

- Demiplié в I, II, III, V позициях лицом к станку, 4 т. $\frac{4}{4}$, 2 т. $\frac{4}{4}$, со сменой позиции руки.

- Battementstendus I позиции лицом к станку, позднее с V позиции в сторону, вперед, назад, 4 т. $\frac{3}{4}$, 2 т. $\frac{4}{4}$. (в сочетании с demiplié, с опусканием пятки во 2 позицию).

- Passerarterre по I позиции, 4 т. 4/4 или $\frac{3}{4}$.
- Demirondde jambeparterreeudehorsuendedans, 4 т. 4/4, 2 т. 4/4 лицом к станку, позднее rondde jambeparterreeudehorsuendedans.
- Battements releves lents с 1 позиции на 45°, 90° во всех направлениях, позднее с 5 позиции 16 т. $\frac{3}{4}$, 8 т. $\frac{3}{4}$.
- Battementstendus jetés с 1 и с V позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку, боком, 1 т. 4/4. (в сочетании с demiplie, piques, balancoir).
- Releves на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног и demiplie.
- Положение ноги sur le cou-de-pied впереди и сзади (обхватное для battements frappés)
- Battements frappés носком в пол, во всех направлениях, лицом к станку, 1 т. 4/4. Позднее на 45°.
- Перегибы корпуса назад и в сторону, стоя лицом к станку (в конце экзерсиса у станка). М.р. $\frac{3}{4}$.

Практика. Выполнение элементов классического экзерсиса у станка.

Тема 1.4. Элементы классического экзерсиса на середине зала.

Теория. Знакомство с техникой выполнения элементов классического экзерсиса на середине зала.

Практика. Изучение положения корпуса enroulement: croisee вперед и назад, effacee вперед и назад. Изучение port de bras (первое и второе). М.р. $\frac{3}{4}$. Исполнение разученных элементов у станка в 1 позиции en face, позднее в 5 позиции (можно enroulement).

Тема 1.5. Allegro (прыжки).

Теория. Изучение техники выполнения прыжков с двух ног на две: tempssaute в I, II, V позициях, changement de pieds в V позиции, petit pas de chatte. М.р. 4/4, перед последующим прыжком - пауза с вытягиванием колен.

Практика. Выполнения прыжков с двух ног на две: tempssaute в I, II, V позициях, changement de pieds в V позиции, petit pas de chatte. М.р. 4/4, перед последующим прыжком - пауза с вытягиванием колен.

Тема 1.6. Контрольное занятие по разделу. Работа по карточкам.

Теория. Разъяснение правил выполнения заданий по карточкам.

Практика. Работа по карточкам. Выполнение заданий. Анализ выполненных заданий.

Раздел 2. Народная хореография

Тема 2.1. Круглый стол по теме «История возникновения танцев народов Поволжья».

Теория. Понятие народный танец. Знакомство с историей возникновения танцев народов Поволжья.

Практика. Выступления учащихся с рефератами. Обсуждение информации.

Тема 2.2. Положения и движения рук в татарском танце.

Теория. Изучение положения рук в татарском танце: на фартуке, придерживая платок на голове, держась за юбку. Изучение движений рук.

Практика. Выполнение основных движений руками в татарском танце.

Тема 2.3. Основные ходы и движения татарского танца.

Теория. Изучение основных ходов татарского танца: «йореш» – переменный ход, «гадиадым» – простой ход с притопом; Изучение техники выполнения основных движений: «гадигабу» (простой бег), «чыршы» (гармошка), «эпинэ» (елочка), «укчэ-баш» (пятка-носок), боковой ход накрест; припадание; шаг на каблук.

Практика. Разучивание и выполнение основных ходов и движений татарского танца: «йореш», «гадиадым», «гадигабу» (простой бег), «чыршы» (гармошка), «эпинэ» (елочка), «укчэ-баш» (пятка-носок), боковой ход накрест; припадание; шаг на каблук.

Тема 2.4. Основные ходы и движения русского танца.

Теория. Изучение основных ходов русского танца: русский шаг, хороводный шаг, пробежка. Изучение основных движений: ковырялочка, притопы, ёлочка, положение корпуса, работа рук

Практика. Выполнение основных ходов: русский шаг, хороводный шаг, пробежка. Выполнение основных движений: ковырялочка, притопы, ёлочка, положение корпуса, работа рук

Тема 2.5 Танцевальные этюды.

Теория. Изучение движений и элементов танцевальных этюдов.

Практика. Разучивание связки движений. Выполнение композиции под счёт и под музыку

Тема 2.6. Контрольное занятие по разделу

Теория. Дидактическая игра «Сандугач»

Практика. Выполнение заданий игры. Анализ выполненных заданий учащихся.

Раздел 3. Технологии здоровьесбережения

Тема 3.1. Беседа на тему «Здоровый образ жизни».

Теория. Знакомство с понятием «Здоровый образ жизни». Просмотр тематической презентации.

Тема 3.2. Метод оздоровления «Логоритмика»

Теория. Знакомство с методом оздоровления «Логоритмика».

Практика. Освоение методов логоритмики: разучивание упражнений логоритмической гимнастики с использованием движений, разучивание упражнений логоритмической гимнастики с использованием предметов (мяч, скакалка, погремушки).

Тема 3.3. Метод оздоровления «Кинезотерапия».

Теория. Знакомство с методом оздоровления «Кинезотерапия»,

Практика. Разучивание комплекса упражнений для брюшного пресса, состоящий из трех составных групп: упражнения с подниманием ног из положения лежа (для мышц нижнего отдела живота), упражнения с подниманием корпуса из положения лежа с закрепленными ногами, упражнения (сидя и лежа) включающие повороты корпуса (для косых мышц живота).

Тема 3.4. Знакомство с методом оздоровления «Практическая хатха-йога». Гармонизирующий комплекс. Асаны.

Теория. Знакомство с оздоровительным методом хатха-йога. Разучивание статических упражнений входящих в гармонизирующий и терапевтический комплекс.

Практика. Выполнение поз (асан): асаны, укрепляющие мышечный корсет (тонические мышцы спины, груди, живота); асаны, развивающие гибкость позвоночника, подвижность суставов, эластичность связок, сухожилий; асаны, исправляющие вялую осанку, сутулость; упражнения развивающие воображение, мимику, жесты, пантомимику.

Тема 3.5. Знакомство с методом оздоровления «Практическая хатха-йога». Дыхательная гимнастика. Пранаяма.

Теория. Знакомство с трехфазным дыханием (верхним, средним, нижним). Значение дыхательных упражнений. Видео материал по теме «Йога для детей»

https://www.yoga.ru/about_yoga/yogaforlife/kids/

Практика. Выполнение дыхательных упражнений.

Тема 3.6. Контрольное занятие по разделу «Технологии оздоровления. Практическая хатха-йога. Логоритмика. Кинезотерапия».

Теория. Дидактическая игра «Угадай-ка».

Практика. Выполнение заданий игры. Анализ выполненных заданий.

Раздел 4. Подиумная походка. Дефиле.

Тема 4.1. Понятие подиумная походка, дефиле. Подиумный шаг.

Теория. Освоение специфических особенностей постановки стойки манекенщицы. Исходное положение рук, ног и корпуса перед движением (стойка). Мастер-класс по теме «Основы подиумной походки» http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html

Техника походки на подиуме при демонстрации моделей одежды.

Практика. Упражнения на совершенствование осанки и походки. Работа рук при ходьбе. Работа бедер при ходьбе.

Тема 4.2. Фиксация, виды фиксации.

Теория. Знакомство с положением бедер в фиксации. Точность фиксации. Просмотр видеоматериалов. Мастер-класс Гагарина О.В.

1 занятие: <https://drive.google.com/file/d/1dfCeHrBC8kYRthdcxpyscaHGjCYmmKd0/view?usp=sharing>

2 занятие: <https://drive.google.com/file/d/1uc5BtrUKK0iP0buZrB8lwMB178vlg1FW/view?usp=sharing>

Практика. Изучение видов фиксации: «Простая» с подставкой ноги вперед и одновременным подворотом пятки задней ноги, «Спортивная».

Тема 4.3. Повороты на месте.

Теория. Изучение техники выполнения поворотов на месте.

3 занятие: <https://drive.google.com/file/d/1f1X1yMyLITSZiQZZDqYbb5ozABWZk2kU/view?usp=sharing>

4 занятие: <https://drive.google.com/file/d/1whZTHUlit8zpMMPmE16wvllkiWHPn-T/view?usp=sharing>

Практика. Выполнение видов поворотов на основе шагов: «Простой», «Французский», «Боковой».

Тема 4.4. Составление комбинаций дефиле.

Теория. Изучение техники выполнения основных движений, соединение их в связки и в комбинации.

Практика. Выполнение составленных комбинаций дефиле.

Раздел 5. Работа над репертуарными композициями.

Тема 5.1. *Разучивание и отработка комбинаций сценических постановок.*

Теория. Разбор комбинаций. Прослушивание музыкального сопровождения.

Практика. Отработка сценических постановок.

Тема 5.2. *Репетиционная работа.*

Теория. Повторение концертного номера, разметка сцены.

Практика. Репетиция концертного номера в сценических костюмах.

Тема 5.3. *Контрольное занятие по разделу*

Теория. Подготовка к мини-концерту, анализ выступлений

Практика. Выступление перед другими группами, просмотр видеоматериала и обсуждение.

6. Промежуточная аттестация.

Теория. Промежуточная аттестация. Тест. Практический зачет. Творческий отчет.

Практика. Самостоятельное выполнение заданий. Анализ выполненной работы.

Раздел 7. Воспитательные мероприятия

Теория. Подготовительная работа к проведению мероприятий.

Практика. Проведение игровых, развлекательных, познавательных программ.

Содержание программы второго года обучения

Раздел 1. Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца.

Тема 1.1. Элементы классического экзерсиса у станка.

Теория. Закрепление теоретических основ постановки корпуса лицом к станку. М.р. $\frac{3}{4}$ по 16 тактов в 1,2,5 позициях ног. Элементы классического танца:

- Demiplié в I, II, III, V позициях лицом к станку, 4 т.4/4, 2 т. 4/4, со сменой позиции руки.

- Battementstendus I позиции лицом к станку, позднее с V позиции в сторону, вперед, назад, 4 т. $\frac{3}{4}$, 2 т. 4/4. (в сочетании с demiplie, с опусканием пятки во 2 позицию).
- Passeparterre по I позиции, 4 т. 4/4 или $\frac{3}{4}$.
- Demironddejambe par terre de horsuendedans, 4 т. 4/4, 2 т. 4/4 лицом к станку, позднее ronddejambe par terre de horsuendedans.
- Battements releves lents с 1 позиции на 45°, 90° во всех направлениях, позднее с 5 позиции 16 т. $\frac{3}{4}$, 8 т. 3/4.
- Battementstendus jetes с 1 и с V позиции в сторону, вперед, назад лицом к станку, боком, 1 т. 4/4. (в сочетании с demiplie, piques, balancoir).
- Releves на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног и demiplie.
- Положение ноги sur le cou-de-pied впереди и сзади (обхватное для battements frappes)
- Battements frappes носком в пол, во всех направлениях, лицом к станку, 1 т. 4/4. Позднее на 45°.
- Перегибы корпуса назад и в сторону, стоя лицом к станку (в конце экзерсиса у станка). М.р. 3/4.

Практика. Выполнение элементов классического танца у станка. Разучивание комбинаций, составленных учащимися.

Просмотр видеомастер-класса по теме «Техника выполнения элементов классического экзерсиса: батман тандю, деми плие, релеве» <http://www.horeograf.com/>

Тема 1.2. Классический экзерсис на середине зала. Элементы классического экзерсиса на середине зала.

Теория. Изучение положения корпуса enroulement: croisee вперед и назад, effacee вперед и назад. Изучение port de bras (первое и второе). М.р. 3/4.

Практика. Исполнение разученных элементов у станка в 1 позиции en face, в 5 позиции (можно enroulement).

Тема 1.3. Allegro (прыжки).

Теория. Изучение техники выполнения прыжков с двух ног на две: tempssaute в I, II, V позициях, changement de pieds в V позиции, petit pas chappe. М.р. 4/4, перед последующим прыжком - пауза с вытягиванием колен.

Практика. Выполнение упражнений классического экзерсиса. Творческая работа - составление учащимися комбинаций на основе элементов классического экзерсиса. Разучивание комбинаций.

Тема 1.4. Адажио.

Теория. Изучение техники выполнения упражнений у станка и на середине зала, состоящих из комбинации различных поз, наклонов корпуса, поворотов, вращений и т. д. в спокойном темпе, выработка устойчивости, выразительности, музыкальности, чувства позы, гармонии и плавности перехода от движения к движению.

Практика. Разучивание упражнений у станка и на середине зала. Творческая работа - составление учащимися комбинаций на основе элементов классического экзерсиса. Разучивание комбинаций.

Тема 1.5. Аллегро.

Теория. Изучение техники выполнения комбинаций из прыжков в медленном и в быстром темпе.

Практика. Разучивание прыжков сначала в медленном, а затем в быстром темпе. Творческая работа - составление учащимися комбинаций на основе элементов прыжков. Разучивание комбинаций.

Раздел 2. Танцевальная культура средних веков и эпохи возрождения.

Тема 2.1. Основные движения историко-бытовых танцев.

Теория. Круглый стол по теме: Танцевальная культура средних веков и эпохи возрождения.

Практика. Представление учащимися рефератов о танцевальной культуре средних веков и эпохи возрождения.

Видео материал «Основные движения историко-бытовых танцев. Поклоны и реверансы. для изучения по теме «Исторический танец»
<https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fru.wikipedia.org%2Fwiki%2F%25D0%2598%25D1%2581%25D1%2582%25D0%25BE%25D1%2580%25D0%25B8%25D1%2587%25D0%25B5%25D1%2581%25D0%25BA%25D0%25B8%25D0%25B9%25D1%2582%25D0%25B0%25D0%25BD%25D0%25B5%25D1%2586>

Тема 2.2. Движения и комбинации историко-бытовых танцев.

Теория. Изучение техники выполнения элементов танцев: «Полонез», «Мазурка», «Гавот», «Полька», «Контрданс».

Практика. Творческая работа - составление учащимися комбинаций на основе изученных движений. Разучивание комбинаций.

Раздел 3. Основные элементы и движения бальных танцев.

Тема 3.1. «Латино-американская программа»

Теория. Знакомство с танцами: «ча-ча-ча», «самба», «джайв», «сальса», «бачата», «меренга».

Практика. Изучение техники выполнения основных элементов и движений бальных танцев.

Видео мастер-класс по теме «Самба» https://www.youtube.com/watch?v=hIgl8SgWl_8

Видео мастер-класс по теме «Ча-ча-ча» <https://www.youtube.com/watch?v=aURwoDqEseg>

Видео мастер-класс по теме «Джайв» <https://www.youtube.com/watch?v=ibyZIAM184I>

Тема 3.2. «Европейская программа»

Теория. Знакомство с танцами: «вальс», «танго», «фокстрот».

Видео мастер-класс по теме «Медленный вальс»
<https://www.youtube.com/watch?v=qQjSvQX0lfe>

Видео мастер-класс по теме «Танго-соло» <https://www.youtube.com/watch?v=J4L56PFpURk>

Практика. Изучение техники выполнения основных элементов и движений бальных танцев «вальс», «танго», «фокстрот».

3.3. Комбинации на основе движений бальных танцев.

Теория. Правила составления танцевальных комбинаций на основе движений бальных танцев.

Практика. Составление комбинаций на основе изученных движений бальных танцев.

Раздел 4. Подиумная походка

Тема 4.1. Виды возвратов.

Теория. Закрепление техники выполнения видов возврата: через «завиток»; через боковой шаг; «на два шага». Повороты – переступания подиумной походки.

Практика. Выполнение поворотов на основе переступаний: «Поворот-переступание» на 180°, «Поворот-переступание» на 360°.

Видео мастер-класс по теме «Подиумная походка»

5занятие: https://drive.google.com/file/d/1_ZrQZZscMEYZ8SdK1tB8tptr2emJg-OT/view?usp=sharing

6занятие: https://drive.google.com/file/d/1vWH2rHz_oGNvfOaWpet7JCIH2250hK4U/view?usp=sharing

7занятие: <https://drive.google.com/file/d/1YdRz09HwTfzvWZTOGgO0fXv4M-M12iGE/view?usp=sharing>

Тема 4.2. Контрольное занятие по разделу.

Теория. Творческое задание «Дабл спин пивот»

Практика. Выполнение задания. Анализ выполненной работы.

Раздел 5. Работа над репертуарными композициями.

Тема 5.1. Разучивание и отработка комбинаций сценических постановок, теоретическое обоснование

Теория. Разбор комбинаций. Прослушивание музыкального сопровождения.

Практика. Разучивание движений новых композиций «Родные мотивы», «Посадские фантазии».

Просмотр видео материала конкурсной постановки «Родные мотивы» https://vk.com/video-50002290_456239037

Видео концертной постановки «Посадские фантазии» https://vk.com/video44568146_456239194

Практика. Закрепление движений композиций «Родные мотивы», «Посадские фантазии»

Тема 5.2. Репетиционная работа.

Теория. Повторение концертного номера, разметка сцены.

Практика. Репетиция концертного номера в сценических костюмах.

Тема 5.3. Контрольное занятие по разделу

Теория. Подготовка к мини-концерту.

Практика. Выступление перед группами объединения, просмотр видео и обсуждение. Анализ выступлений.

6. Промежуточная аттестация

Практика. Тест, практический зачет, творческий отчет «Класс-концерт». Самостоятельное выполнение тестовых заданий. Выступление с творческими номерами. Анализ выполненных заданий и творческих номеров.

Раздел 7. Воспитательные мероприятия

Теория. Подготовительная работа к проведению мероприятий.

Практика. Проведение игровых, развлекательных, познавательных программ.

Содержание программы третьего года обучения

Раздел 1. Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического танца.

Тема 1.1. Элементы классического экзерсиса у станка.

Теория. Основы постановки корпуса лицом к станку. М.р. $\frac{3}{4}$ по 16 тактов в 1,2,5 позициях ног. Элементы классического танца:

- Demiplier в I, II, III, V позициях лицом к станку, 4 т. 4/4, 2 т. 4/4, со сменой позиции руки.
- Battementstendus в V позиции в сторону, вперед, назад, 4 т. $\frac{3}{4}$, 2 т. 4/4. (в сочетании с demiplier, с опусканием пятки во 2 позицию).
- Passeparterrepo в позиции, 4 т. 4/4 или $\frac{3}{4}$.
- Demirondde jambeparterreudehorsuendedans, 4 т. 4/4, 2 т. 4/4 одной рукой за станок
- Battementsrevelsents в 5 позиции 16 т. $\frac{3}{4}$, 8 т. $\frac{3}{4}$. на 45°, 90° во всех направлениях
- Battementstendusjetés 1 и с V позиции в сторону, вперед, назад одной рукой за станок, 1 т. 4/4. (в сочетании с demiplier, piques, balancoir).
- Relevés на полупальцы в I, II, V позициях с вытянутых ног и demiplier.
- Положение ноги surlecou-de-pied впереди и сзади (обхватное для battementsfrappes)
- Battementsfrappes носком в пол, во всех направлениях, одной рукой за станок 1 т. 4/4. на 45°.
- Перегибы корпуса назад и в сторону, стоя лицом к станку (в конце экзерсиса у станка). М.р. $\frac{3}{4}$.

Практика. Закрепление упражнений классического танца. Творческая работа - составление учащимися комбинаций на основе элементов классического экзерсиса. Разучивание комбинаций.

Тема 1.2 Классический экзерсис на середине зала. Элементы классического экзерсиса на середине зала.

Теория. Изучение положения корпуса epaulement:

croisee вперед и назад, effacee вперед и назад. Изучение portdebras (первое и второе). М.р. $\frac{3}{4}$. Исполнение разученных элементов у станка в 1 позиции en face, позднее в 5

позиции (можно ераulement). *Allegro (прыжки)*. Изучение прыжков с двух ног на две: tempssaute в I, II, V позициях, changementdepieds в V позиции, petit pasechappe. М.р. 4/4, перед последующим прыжком - пауза с вытягиванием колен, позднее выполнять подряд
Практика. Выполнение упражнений классического экзерсиса. Разучивание комбинаций, составленных учащимися.

Тема 1.3. Адажио.

Теория. Упражнения у станка и на середине зала, состоящие из комбинации различных поз, наклонов корпуса, поворотов, вращений.

Практика. Составление учащимися комбинаций. Разучивание комбинаций в спокойном темпе. Выработка устойчивости, выразительности, музыкальности, чувства позы, гармонии и плавности перехода от движения к движению.

Тема 1.4. Аллегро.

Теория. Изучение техники выполнения комбинаций из прыжков в медленном и в быстром темпе.

Практика. Разучивание прыжков сначала в медленном, а затем в быстром темпе. Творческая работа - составление учащимися комбинаций на основе элементов прыжков. Разучивание комбинаций.

Раздел 2. Основные элементы и движения спортивной гимнастики.

Тема 2.1. Подводящие элементы спортивной гимнастики.

Теория. Изучение техники выполнения элементов: «группировка», «цыпленок», стойка на голове, стойка на руках у стенки.

Практика. Закрепление техники выполнения элементов: «группировка», «цыпленок», стойка на голове, стойка на руках у стенки.

Тема 2.2. Силовые упражнения.

Теория. Изучение техники выполнения силовых упражнений: поднимания ног из положения лежа, поднимания корпуса с закрепленными ногами, упражнения сидя и лежа, включающие повороты корпуса.

Практика. Выполнение силовых упражнений: поднимания ног из положения лежа, поднимания корпуса с закрепленными ногами, упражнения сидя и лежа, включающие повороты корпуса.

Тема 2.3. Движения и комбинации спортивной гимнастики.

Теория. Изучение техники выполнения элементов движений: «Колесо», «Мостик», «Кувырок», «Березка», «Плуг», «Боковые перекаты», «Щучка», «Тачка».

Практика. Выполнение упражнений. Составление учащимися комбинаций на основе изученных движений. Разучивание комбинаций.

Раздел 3. Основные элементы и движения танца-модерн.

Тема 3.1. Элементы и движения танца-модерн «Flowwork» (работа сидя и лёжа на полу)

Теория. Знакомство с техникой выполнения движений в положении «Shouldersstand (стоя на лопатках): «Шлагбаум», «Cycle» (велосипед), «Stud» (запонки), «Caterpillar» (гусеница).

Практика. Выполнение движений в положении «Kneesit» (сидя на коленях), «Limbo».

Тема 3.2. Элементы и движения танца-модерн «Kneestand» (стоя на коленях)

Теория. Знакомство с техникой выполнения движений «Snake» (змея), «Jete» (бросок), «Tabletoproll» (круг корпусом), «Dolphin» (дельфин), «Invertedbend» (дуга в положении на спине).

Практика. Изучение комбинаций на основе разученных движений.

Тема 3.3. Знакомство с техникой выполнения движений в положении «Centrwork» (работа на середине зала)

Теория. Изучение комбинаций на основе элементов классического танца.

Практика. Изучение движений Battementsdeveloppes, Grandsbattementsjetes, spigues, Ronddejambeparterre на plieudehorsuen dedans.

Тема 3.4. Элементы и движения танца-модерн «Moninginthespace» (движения в пространстве)

Теория. Техника выполнения комбинаций на основе различных вариантов шагов, ходьбы, в разных ритмах.

Практика. Разучивание комбинаций на основе поворотов и вращений в продвижении, быстрые движения, пробежки, прыжки с продвижением.

Тема 3.5. *Контрольное занятие по разделу.*

Теория. Творческое задание «Импровиз». Составление комбинаций на основе элементов и движений танца модерн.

Практика. Выполнение творческого задания - составление комбинации. Анализ работ.

Раздел 4. Подиумная походка

Тема 4.1. Виды возвратов.

Теория. Техника выполнения видов возврата: через «завиток»; через боковой шаг; «на два шага». Повороты – переступания подиумной походки.

Практика. Выполнение поворотов на основе переступаний. «поворот-переступание» на 180°, «поворот-переступание» на 360°.

Тема 4.2. Текущий контроль.

Теория. Практический зачет. Дидактическая игра «Карусель»

Практика. Выполнение задания. Анализ выполненной работы.

Раздел 5. Работа над репертуарными композициями.

Тема 5.1. Разучивание и отработка комбинаций сценических постановок, теоретическое обоснование

Теория. Разбор комбинаций. Прослушивание музыкального сопровождения.

Практика. Разучивание движений новых композиций «Родные мотивы», «Золотые узоры».

Просмотр видео материала конкурсной постановки «Родные мотивы» https://vk.com/video-50002290_456239037

Видео концертной постановки «Посадские фантазии» https://vk.com/video44568146_456239194

Тема 5.2. *Репетиционная работа.*

Видеоматериал репетиции «Инверсия» https://vk.com/video44568146_456239148

Видеоматериал концертной постановки «Посадские фантазии» https://vk.com/video44568146_456239194

Видеоматериал конкурсной постановки «Города и люди» https://vk.com/video44568146_456239062

Видео конкурсной постановки «Родные мотивы» https://vk.com/video-50002290_456239037

Теория. Повторение концертного номера, разметка сцены.

Практика. Репетиция концертного номера в сценических костюмах.

Тема 5.3. Контрольное занятие по разделу

Теория. Подготовка к мини-концерту.

Практика. Выступление перед группами объединения, просмотр видео и обсуждение. Анализ выступлений.

6. Аттестация по завершении освоения программы.

Практика. Тест, презентация портфолио, творческий отчет. Самостоятельное выполнение заданий теста. Защита портфолио. Выступление с творческими номерами. Анализ выполненных заданий и творческих номеров.

Раздел 7. Воспитательные мероприятия

Теория. Подготовительная работа к проведению мероприятий.

Практика. Проведение игровых, развлекательных, познавательных программ.

Планируемые результаты освоения программы

Результатом освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «В мире танца и моды» является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков

Знание:

- техники безопасности;
- правил дорожного движения;
- терминологии;
- позиций ног и рук;
- техники выполнения движений, прыжков;
- асан гармонизирующего комплекса активизирующие работу внутренних органов;
- истории возникновения народных танцев;
- положений и движения рук;
- основных элементов и шагов народных танцев;
- положений рук;
- видов фиксации;
- рисунков на основе ходов и поворотов;
- истории возникновения танцевальной культуры средних веков и эпохи возрождения;
- основных движений историко-бытовых танцев;
- основных элементов и движений спортивной гимнастики;
- техники исполнения подводящих элементов;
- основных элементов и движений танца-модерн;
- вариантов шагов энергичного и лирического характера; вариантов прыжков, поворотов и вращений; комбинаций, включающих в себя упражнения в положении «Shouldersstand (стоя на лопатках)», упражнения в положениях «Kneesit» и «Kneestand»

Умение:

- самостоятельно выполнять элементы классического танца у станка и на середине зала;
- самостоятельно выполнять комбинации состоящих из нескольких поз хатха-йога;
- выполнять дыхательные упражнения (пранаяма);
- выполнять движения русского, татарского танца, импровизируя под музыку.
- выполнять перестроение на основе шагов и поворотов;
- составлять комбинации на основе фиксации, поворотов, возвратов и рисунков.
- технично выполнять движения композиций, составленных на основе тематических коллекций;
- выполнять реверансы и поклоны: на месте, с шагом в сторону, с поворотом круазе с позировками;
- составлять комбинации в адажио, аллегро;
- технично выполнять движения и комбинации спортивной гимнастики;
- составлять комбинацию прыжков с другими элементами, комбинации на основе элементов классического танца.

Владеть навыками:

- выразительности и артистизма.
- постановки корпуса, рук, ног и головы.
- техникой выполнения танцевальных элементов и движений

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Организационно – педагогические условия реализации программы

Для реализации программы имеется просторное, светлое, хорошо проветриваемое помещение, оборудованное специально для занятий хореографией. Зал соответствует санитарно-гигиеническим требованиям и требованиям безопасности, на одного учащегося приходится 3,6 кв.м., освещение – люминисцентное; воздушно-вентиляционный режим - вытяжная естественная вентиляция; стены окрашены, пол деревянный. Вдоль стен расположены станки – гладкие, деревянные палки для опоры на высоте 95 см от пола. На противоположной стене расположены зеркала. В зале оформлен стенд с правилами техники безопасности, правилами поведения обучающихся на занятиях и во время перемены.

Для учащихся есть 2 раздевалки (помещения для переодевания, соответствующие санитарно-гигиеническим нормам и правилам, оборудованные скамейками, число вешалок соответствует числу обучающихся в группе). Имеется костюмерная (реквизит для учебных занятий и сценических постановок; костюмы и сценическая обувь).

Оборудование и оснащение зала:

инвентарь - теннисные мячи, гимнастические палки, скакалки, коврики.

музыкальный инструмент - фортепиано;

мебель - стол компьютерный, стул, скамейки, тумба;

аппаратура - музыкальный центр, переносной музыкальный центр, компьютер.

Имеются наглядные пособия и дидактический материал.

2.2. Формы аттестации/контроля.

С целью выявления уровня усвоения программы в программе предусмотрено проведение аттестации учащихся. В начале I года обучения проводится диагностика, позволяющая определить возможности вновь поступивших детей. С учащимися II и III года обучения для определения уровня усвоения программного материала проводится диагностика в начале учебного года. Текущий контроль проводится в течение года по темам и разделам программы в форме дидактических игр, заданий по карточкам, тестовых заданий, творческих отчетов, учебных проектов. Промежуточная аттестация проводится в апреле месяце в форме: тестов, дидактических игр, практических зачетов, творческих отчетов, отчетных концертов. Аттестация по завершении освоения программы проводится для выпускников в форме теста, защиты портфолио.

Для отслеживания результативности качества усвоения программного материала разработан контрольно-диагностический материал: дидактические игры по разделам: «Хореография, ее направления и формы» (игра «Пазлы»), «Хатха-йога» (игра «Угадайка»), «Классический экзерсис» (игра «Лото»), «Русский танец» (игра «Лукошко»), «Татарский танец» (игра «Тюбетейка»), «Ритмика» (игра «Лото»); тесты по разделам: «Техника безопасности», «Подиумная походка»; итоговые тесты по годам обучения; творческие задания по разделам: «Подиумная походка»; кроссворд: «Основные элементы и движения балльных танцев» Имеется необходимая методическая литература, наглядный материал, дидактический материал по годам обучения, схемы оздоровительных, воспитательных мероприятий с комплектацией материала, инструкции по технике безопасности, правилам поведения.

**2.3 Оценочные средства к дополнительной общеразвивающей программе
«В мире танца и моды»**

№ п/п	Раздел/тема программы	Вид контроля (диагностика, текущий контроль, контроль, аттестация, диагностики по выявлению личностных качеств учащихся)	Дата проведения	Форма диагностики/ оценочных средств
1 год обучения				
	Вводное занятие	Диагностика	Сентябрь	Онлайн-тест по технике безопасности https://onlinetestpad.com/ru/test/37521-tekhnika-bezopasnosti Игра «Собери пазлы». Аукцион «Названия танцев» Игра «Фотография». Конкурс «Походка манекенщицы» Игра «Фотография»
1.	Партерная гимнастика.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Партерная гимнастика».	Сентябрь Октябрь	Работа по карточкам.
2.	Ритмика.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Ритмика».	Ноябрь	Игра «Деревянные и тряпичные куклы» Карточки. Перфокарты. Игры: «Будь ведущим», «Быстро по местам».
3.	Основы народной хореографии	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Основные элементы и движения народных танцев».	Декабрь	Составление этюда на основе рисунков. Онлайн-тест по народной хореографии https://onlinetestpad.com/ru/test/view/474823-narodnyj-tanec-test-onlajn
4.	Технологии здоровьесбережения. Практическая хатха-йога.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Технологии здоровьесбережения».	Январь	Викторина. Онлайн-тест на знание асан https://www.oum.ru/encyclopedia/asanas/test/
5.	Основы дефиле	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Дефиле».	Февраль	Дидактическая игра «Карусель» Игра «Угадай-ка».
6.	Работа над репертуарными композициями. Концертная деятельность	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Репертуарные композиции».	Март	Зачет. Творческий отчет
7.	Промежуточная	Промежуточная	Апрель	Тест. Творческий отчет.

	аттестация.	аттестация.		
8.	Воспитательные мероприятия			
	Итоговое занятие. Целевой инструктаж		Май	Тест по технике безопасности.
2 год обучения				
	Вводное занятие.	Диагностика	Сентябрь	Онлайн-тест по технике безопасности https://onlinetestpad.com/ru/test/37521-tekhnika-bezopasnosti Письменный опрос
1.	Партерная гимнастика	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Партерная гимнастика».	Сентябрь Октябрь	Игра «Смена ролями»
2.	Классическая хореография	Текущий контроль знаний и умений по разделу «классическая хореография».	Ноябрь	Онлайн-тест «Позиции классического танца» https://onlinetestpad.com/ru/testview/257507-pozicii-v-khoreografii
3.	Основные элементы и движения народных танцев.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Основные элементы и движения народных танцев».	Декабрь	Онлайн-тест «Народная хореография» https://onlinetestpad.com/ru/testview/474823-narodnyj-tanec-test-onlajn Игра «Сандугач». Карточки. Работа в парах «Лучший танцевальный этюд».
4.	Технологии здоровьесбережения. Практическая хатха-йога.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Технологии здоровьесбережения. Практическая хатха-йога».	Январь	Онлайн-тест на знание асан https://www.oum.ru/encyclopedia/asanas/test/ Игра «Угадай-ка».
5.	Основы дефиле. Подиумная походка	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Основы дефиле. Подиумная походка».	Февраль	Тест «Основы дефиле» https://www.pinterest.ru/pin/485333297345948795/ Конкурс «Я модель». Карточки-задания Включенное педагогическое наблюдение.
6.	Бальные танцы. Основные танцы латино-американской программы: самба, румба, джайв; Европейская программа: медленный вальс, венский	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Основы бальной хореографии»	Март	Онлайн-тест «Искусство бального танца» https://onlinetestpad.com/ru/testview/686358-iskusstvo-tanca Включенное педагогическое наблюдение.

	вальс, фокстрот, танго			
7.	Работа над репертуарными композициями	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Репертуарные композиции».	Апрель	Выступление.
8.	Промежуточная аттестация	Контроль знаний и умений	Апрель	Тест. Практический зачет. Концерт
	Воспитательные мероприятия			
	Итоговое занятие. Целевой инструктаж		Май	Тест по технике безопасности.
3 год обучения				
	Вводное занятие Первичный инструктаж.	Диагностика.	Сентябрь	Онлайн-тест по технике безопасности https://onlinetestpad.com/ru/test/37521-tekhnika-bezopasnosti Письменный опрос
1.	Классическая хореография	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Классическая хореография».	Сентябрь Октябрь	Дидактическая игра «Смена ролями»
2.	Основные элементы и движения спортивной гимнастики.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Элементы спортивной гимнастики»	Ноябрь	Тестовое задание. Зачет. Включенное педагогическое наблюдение.
3.	Основные элементы и движения танца-модерн.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Элементы танца модэрн»	Декабрь	Онлайн-тест «Современная хореография» https://onlinetestpad.com/ru/test/580360-sovremennaya-khoreografiya Работа в парах «Лучший танцевальный этюд».
4.	Основы дефиле. Подиумная походка.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Основы дефиле. Подиумная походка».	Январь	Конкурс «Я модель»
5.	Работа над репертуарными композициями.	Текущий контроль знаний и умений по разделу «Репертуарные композиции».	Февраль	Выступление.
6.	Аттестация по завершении освоения программы	Контроль знаний и умений	Май	Тест. Защита портфолио.
7.	Воспитательные мероприятия			
	Итоговое занятие. Целевой инструктаж		Май	Тест по технике безопасности.

2.3 Уровни усвоения программы

№ п/п	Раздел/тема программы	Форма диагностики/ оценочных средств	Цель	Краткое описание	Критерии оценки
1 год обучения					
1.	Вводное занятие. Диагностика. Вводный инструктаж по технике безопасности. Первичный инструктаж. Хореография, её направления и формы. Хотите стать моделью? Что для этого важно.	Игра «Собери пазлы».	Выявить у учащихся знания в области ТБ	Учащиеся отвечают на вопросы, предложенные педагогом в форме игры-тестирования. За правильный ответ присуждается 1 балл. В конце игры подводятся итоги, подсчитывается количество баллов.	Эффективный уровень – 10 баллов Оптимальный уровень – 6-8 баллов Удовлетворительный уровень – 3-5 баллов Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
2.	Партерная гимнастика. Комплекс упражнений, направленный на развитие и укрепление всех групп мышц тела. Игровой стретчинг.	Игра «Деревянные и тряпичные куклы» Карточки. Перфокарты.	Выявить у учащихся знания основ партерной гимнастики	Учащиеся отвечают на вопросы, предложенные педагогом в форме игры-тестирования. За правильный ответ присуждается 1 балл. В конце игры подводятся итоги, подсчитывается количество баллов.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
3.	Ритмика. Упражнения на совершенствование осанки и походки.	Викторина. Игры: «Будь ведущим», «Быстро по местам».	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ ритмики	Учащиеся отвечают на вопросы, предложенные педагогом в форме игры-тестирования. За правильный ответ присуждается 1 балл. В конце игры подводятся итоги, подсчитывается количество баллов.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
4.	Основы народной хореографии. Основные ходы и движения русского и татарского танца.	Игра «Карусель» Игра «Угадайка». Составление этюда или хоровода на основе рисунков.	Выявить у учащихся знания основ народной хореографии	Учащимся предлагается практическая работа – составление дефиле За качество работы выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
5.	Технологии здоровьесбере	Работа по карточкам.	Определить у учащихся	Учащиеся отвечают на вопросы,	Эффективный уровень – 5 баллов

	жения. Практическая хатха-йога. Логоритмика. Кинезотерапия. Гармонизирующий комплекс. Асаны. Дыхательная гимнастика. Пранаяма. Повторный инструктаж по технике безопасности.		уровень знаний и умений в области основ технологий здоровьесбережения	предложенные педагогом в форме игры-тестирования. За правильный ответ присуждается 1 балл. В конце игры подводятся итоги, подсчитывается количество баллов.	Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
6.	Основы дефиле. Подиумная походка. Виды фиксации. Основные повороты.	Включенное педагогическое наблюдение. Игра «Фотография». Конкурс «Я модель»	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ подиумной походки, дефиле.	Учащимся предлагается практическая работа – составление дефиле. За качество работы выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
7.	Работа над репертуарными композициями. Разучивание движений композиций. Репетиционная работа	Включенное педагогическое наблюдение	Определить у учащихся уровень знаний репертуарных композиций и умений их исполнять на сцене	Учащимся предлагается участие в концертном номере, в концертной программе, конкурсе коллекций, модельном конкурсе. За качество выступления выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
8.	Промежуточная аттестация.	Тест. Творческий отчет	Определить у учащихся уровень знаний программного материала и умений их применять в практической деятельности.	Учащимся предлагается пройти тестирование. Творческий отчет – участие в концертной номере по выбору учащегося.	За каждый правильный ответ на вопрос присуждается по одному баллу.
9.	Итоговое занятие. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	тест	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ техники безопасности	Учащимся индивидуально предлагается пройти тестирование. За правильный ответ присуждается по одному баллу.	Эффективный уровень – 7 баллов Оптимальный уровень – 5 баллов Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1- балл
2 год обучения					
1.	Вводное занятие. Диагностика.	Письменный опрос	Выявить у учащихся знания в	Учащиеся отвечают на вопросы теста. За правильный ответ	Эффективный уровень – 10 баллов

	Вводный инструктаж по технике безопасности. Первичный инструктаж.		области ТБ	присуждается 1 балл. По окончании тестирования подводятся итоги, подсчитывается количество баллов.	Оптимальный уровень – 6-8 баллов Удовлетворительный уровень – 3-5 баллов Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
2.	Партерная гимнастика. Комплекс упражнений сидя, лежа на спине, лежа на животе.	Игра «Смена ролями»	Выявить у учащихся знания основ партерной гимнастики	Учащиеся выполняют практическую работу. За оригинальность и качество работы выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
3.	Классическая хореография Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического экзерсиса. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	Практическое задание «Следы», перфокарты «Балет»	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ классической хореографии	Учащиеся выполняют задание По окончании работы подводятся итоги.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
4.	Основы народной хореографии Основные ходы и движения русского и татарского танца.	Игра «Угадай-ка».	Выявить у учащихся знания основ народной хореографии	Учащимся предлагается практическая работа – составление дефиле За качество работы выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
5.	Технологии здоровьесбережения. Практическая хатха-йога. Логоритмика. Кинезотерапия. Гармонизирующий комплекс. Асаны Дыхательная гимнастика. Пранаяма. Повторный инструктаж по	Игра «Сандугач». Карточки. Работа в парах «Лучший танцевальный этюд».	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ технологий здоровьесбережения	Учащиеся отвечают на вопросы, предложенные педагогом в форме игры-тестирования. За правильный ответ присуждается 1 балл. В конце игры подводятся итоги, подсчитывается количество баллов.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла

	технике безопасности.				
6.	Основы дефиле. Подиумная походка. Виды фиксации. Основные повороты	Конкурс «Я модель». Карточки-задания Включенное педагогическое наблюдение.	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ подиумной походки, дефиле.	Учащимся предлагается практическая работа – составление дефиле. За качество работы выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
7.	Основы детской бальной хореографии. Элементы бесконтактных и контактных детских бальных танцев, танцевальные комбинации	Самостоятельная работа.	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ детской бальной хореографии	Учащимся индивидуально предлагается пройти тестирование на компьютере. За правильный ответ присуждается по одному баллу.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
8.	Работа над репертуарными композициями. Разучивание движений композиций Репетиционная работа.	Выступление.	Определить у учащихся уровень знаний репертуарных композиций и умений их исполнять на сцене	Учащимся предлагается участие в концертном номере, модельном конкурсе, концертной программе, конкурсе коллекций. За качество выступления выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
9.	Промежуточная аттестация	Тест. Практический зачет. Концерт	Определить у учащихся уровень знаний программного материала и умений их применять в практической деятельности.		
9.	Итоговое занятие. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	Опрос.	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ техники безопасности	Учащимся предлагается пройти письменный опрос. За правильный ответ присуждается по одному баллу.	Эффективный уровень – 7 баллов Оптимальный уровень – 5 баллов Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1- балл
3 год обучения					
1.	Вводное занятие Первичный	Письменный опрос	Выявить у учащихся знания в	Учащиеся отвечают на вопросы теста. За правильный ответ	Эффективный уровень – 10 баллов

	инструктаж.		области ТБ	присуждается 1 балл. По окончании тестирования подводятся итоги, подсчитывается количество баллов.	Оптимальный уровень – 6-8 баллов Удовлетворительный уровень – 3-5 баллов Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
2.	Классическая хореография	Игра «Смена ролями»	Выявить у учащихся знания основ партерной гимнастики	Учащиеся выполняют практическую работу. За оригинальность и качество работы выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
3.	Основные элементы и движения спортивной гимнастики.	Практическое задание «Следы», перфокарты «Балет»	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ классической хореографии	Учащиеся выполняют задание По окончании работы подводятся итоги.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
4.	Основные элементы и движения танца-модерн.	Игра «Угадай-ка».	Выявить у учащихся знания основ народной хореографии	Учащимся предлагается практическая работа – составление дефиле За качество работы выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
5.	Основы дефиле. Подиумная походка.	Игра «Сандугач». Карточки. Работа в парах «Лучший танцевальный этюд».	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ технологий здоровьесбережения	Учащиеся отвечают на вопросы, предложенные педагогом в форме игры-тестирования. За правильный ответ присуждается 1 балл. В конце игры подводятся итоги, подсчитывается количество баллов.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
6.	Работа над репертуарными композициями.	Конкурс «Я модель». Карточки-задания Включенное педагогическое наблюдение.	Определить у учащихся уровень знаний и умений в области основ подиумной походки, дефиле.	Учащимся предлагается практическая работа – составление дефиле За качество работы выставляются баллы.	Эффективный уровень – 5 баллов Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
7.	Аттестация по завершении	Тест. Защита портфолио.	Определить у учащихся	Учащимся индивидуально	Эффективный уровень – 5 баллов

	реализации программы		уровень знаний программного материала по курсу обучения.	предлагается пройти тестирование на компьютере.	Оптимальный уровень – 4 балла Удовлетворительный уровень – 3 балла Неудовлетворительный уровень – 1-2 балла
9.	Итоговое занятие.	Подведение итогов.			

2.4 Требования к уровню подготовки учащихся 1 года обучения

Критерии	Уровни			
	Эффективный	Оптимальный	Удовлетворительный	Неудовлетворительный
Знание видов рисунков и перестроений				
Знание: - рисунков, исходящих из линий - рисунков, исходящих из круга	Знать: -рисунки исходящие из линии - рисунки исходящие из круга -названия перестроений в подиумной походке Уметь: - быстро перестраиваться во время исполнения композиции -создать композицию на основе логических перестроений	Знать: -рисунки исходящие из линии - рисунки исходящие из круга -названия перестроений в подиумной походке Уметь: - быстро перестраиваться во время исполнения композиции	Знать: -рисунки -названия перестроений в подиумной походке Уметь: - перестраиваться во время исполнения композиции (ориентируясь на учащихся)	Знать: -рисунки Уметь: - перестраиваться во время исполнения композиции (ориентируясь на учащихся)
Знание основ практической хатха-йоги				
Знание: - терминологии -асан, поз на расслабление - процесса полного дыхания	Знать: -асаны (упражнения): улучшающие координацию движений, пространственные представления; тренирующие равновесие, вестибулярный аппарат, способствующие концентрации внимания, -упражнения на улучшение функции дыхательной системы - виды (этапы) дыхания Уметь: - выполнять упражнения гармонизирующего комплекса различного уровня сложности; - владеть навыками	Знать: -виды (этапы) дыхания - перевернутые асаны -позы на расслабление Уметь: - регулировать дыхание в любых положениях тела, независимо от ритма движения; - самостоятельно и правильно выполнять статические позы (асаны)	Знать: - виды дыхания - асаны Уметь: - не технично выполнять статические позы (асаны)	Знать: - виды дыхания - асаны Уметь: - выполнять позы (асаны) по показу

	релаксации и снятия синдрома хронической усталости			
Знание основ классической хореографии				
Знание: - Элементов Классического экзерсиса	Знать: - терминологию и употреблять на практике - упражнения для развития и подвижности всех частей тела -экзерсис на середине зала и в parterre - технику исполнения движений Уметь: - самостоятельно и правильно выполнять движения и комбинации - составлять комбинации на основе изученных движений	Знать: - терминологию - упражнения для развития и подвижности всех частей тела -экзерсис на середине зала и в parterre - технику исполнения движений Уметь: - самостоятельно и правильно выполнять движения и комбинации	Знать: - упражнения для развития и подвижности всех частей тела -экзерсис на середине зала и в parterre - терминологию (поверхностные знания) Уметь: - самостоятельно выполнять движения и комбинации (выполнение не точное)	Поверхностные знания: - упражнений для всех частей тела -об экзерсисе на середине зала и в parterre Уметь: - выполнять движения и комбинации по показу (выполнение не точное)
Знание технологий здоровьесбережения				
Знание: -методов оздоровления - сущности данных методов	Знать: - методы оздоровления: логоритмика, кинезотерапия; музыкотерапия, улыбокотерапия, терапия творчеством Уметь: -использовать на практике все методы оздоровления -выполнять комплекс упражнений: для брюшного пресса, партерной гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок» -владеть навыками подтянутых мышц брюшного пресса при выполнении любых движений - выполнять задания на развитие творческих способностей -использовать прием «живое лицо» во всех заданиях	Знать: - методы оздоровления: улыбокотерапия, терапия творчеством -эмоциональные «маски», прием «живое лицо» Уметь: -выполнять самостоятельно виды разминок - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок» с подключением рук, корпуса, наклонов и поворотов головы.	Знать: - методы оздоровления: улыбокотерапия, терапия творчеством -эмоциональные «маски», прием «живое лицо» Уметь: -выполнять по показу виды разминок - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок	Поверхностные знания: - методы оздоровления: улыбокотерапия, терапия творчеством -эмоциональные «маски», прием «живое лицо» Уметь: выполнять по показу - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной гимнастики

Требования к уровню подготовки учащихся 2 года обучения

Критерии	Уровни			
	Эффективный	Оптимальный	Удовлетворительны й	Неудовлетворител ьный
Знание основ практической хатха-йоги				
Знание: - терминологии -асан, поз на расслабление - процесса полного дыхания	Знать: -асаны (упражнения): улучшающие координацию движений, пространственные представления; тренирующие равновесие, вестибулярный аппарат, способствующие концентрации внимания, -упражнения на улучшение функции дыхательной системы - виды (этапы) дыхания Уметь: - выполнять упражнения гармонизирующего комплекса различного уровня сложности; - владеть навыками релаксации и снятия синдрома хронической усталости	Знать: -виды (этапы) дыхания - перевернутые асаны -позы на расслабление Уметь: - регулировать дыхание в любых положениях тела, независимо от ритма движения; - самостоятельно и правильно выполнять статические позы (асаны)	Знать: - виды дыхания - асаны Уметь: - не технично выполнять статические позы (асаны)	Знать: - виды дыхания - асаны Уметь: - выполнять позы (асаны) по показу
Знание основ народных танцев				
Знание: - элементов и движений татарского танца	Знать: -историю возникновения народного танца -основные положения и движения рук -основные ходы - основные движения ног Уметь: -по костюму и мелодии определить народность - самостоятельно и правильно выполнять композиции -составить свою композицию на основе изученных движений	Знать: -основные положения и движения рук -основные ходы - основные движения ног Уметь: -по костюму и мелодии определить народность - самостоятельно и правильно выполнять движения и композиции	Знать: -основные положения и движения рук -основные ходы - основные движения ног Уметь: -по мелодии определить народность - самостоятельно выполнять композиции (выполнение не точное)	Поверхностные знания: - о движениях рук и ног Уметь: -по мелодии определить народность - выполнять движения и композиции по показу (выполнение не точное)
Знание основ детских бальных танцев				
Знание: - Элементов Детских бальных танцев,	Знать: - терминологию и употреблять на практике - упражнения в паре и	Знать: - терминологию - упражнения в паре и по одному -элементы на	Знать: - упражнения в паре и по одному -элементы на середине зала -	Поверхностные знания: -об упражнениях в паре и по одному -об элементах на

контактных и безконтактных	по одному -сохранять правильное положение корпуса и направление движения -элементы на середине зала и по кругу - технику исполнения движений Уметь: - самостоятельно и правильно выполнять движения и комбинации - составлять комбинации на основе изученных движений	середине зала и по кругу - технику исполнения движений Уметь: - самостоятельно и правильно выполнять движения и комбинации	терминологию (поверхностные знания) Уметь: - самостоятельно выполнять движения и комбинации (выполнение не точное)	середине зала Уметь: - выполнять движения и комбинации по показу (выполнение не точное)
Знание основ подиумной походки				
Знание: - поворотов - фиксаций - возвратов - положения рук	Знать: - стойку манекенщицы - технику подиумного шага -повороты на месте и в ходьбе - виды фиксаций - виды возвратов - варианты положений рук Уметь: - правильно выполнять все повороты, фиксации, возвраты - сочинить комбинацию на основе изученных движений - выполнять практические задания с элементами творчества	Знать: - стойку манекенщицы - технику подиумного шага -повороты на месте и в ходьбе - виды фиксаций - виды возвратов - варианты положений рук Уметь: - правильно выполнять все повороты, фиксации, возвраты - сочинить комбинацию на основе изученных движений	Знать: - стойку манекенщицы -повороты на месте и в ходьбе - виды фиксаций - виды возвратов - варианты положений рук Уметь: - выполнять все повороты, фиксации, возвраты	Поверхностные знания: - стойку манекенщицы - повороты на месте - виды фиксаций - виды возвратов Уметь: - выполнять повороты, фиксации, возвраты (выполнение не точное)
Знание технологий здоровьесбережения				
Знание: -методов оздоровления - сущности данных методов	Знать: - методы оздоровления: логоритмика, кинезотерапия; музыкотерапия, улыбокотерапия, терапия творчеством Уметь: -использовать на практике все методы оздоровления -выполнять комплекс упражнений: для брюшного пресса, партерной гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок»	Знать: - методы оздоровления: улыбокотерапия, терапия творчеством -эмоциональные «маски», прием «живое лицо» Уметь: -выполнять самостоятельно виды разминок - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок» с подключением рук, корпуса, наклонов и поворотов головы.	Знать: - методы оздоровления: улыбокотерапия, терапия творчеством -эмоциональные «маски», прием «живое лицо» Уметь: -выполнять по показу виды разминок - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной	Поверхностные знания: - методы оздоровления: улыбокотерапия, терапия творчеством - эмоциональные «маски», прием «живое лицо» Уметь:

	<ul style="list-style-type: none"> -владеть навыками подтянутых мышц брюшного пресса при выполнении любых движений - выполнять задания на развитие творческих способностей -использовать прием «живое лицо» во всех заданиях 		гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок	<ul style="list-style-type: none"> выполнять по показу - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной гимнастик и
--	---	--	--	--

3 года обучения

Критерии	Уровни			
	Эффективный	Оптимальный	Удовлетворительный	Неудовлетворительный
Знание основ практической хатха-йоги				
Знание: - терминологии асан, поз на расслабление - процесса полного дыхания	Знать: -асаны (упражнения): улучшающие координацию движений, пространственные представления; тренирующие равновесие, вестибулярный аппарат, способствующие концентрации внимания, -упражнения на улучшение функции дыхательной системы - виды (этапы) дыхания Уметь: - выполнять упражнения гармонизирующего комплекса различного уровня сложности; - владеть навыками релаксации и снятия синдрома хронической усталости	Знать: -виды (этапы) дыхания - перевернутые асаны -позы на расслабление Уметь: - регулировать дыхание в любых положениях тела, независимо от ритма движения; - самостоятельно и правильно выполнять статические позы (асаны)	Знать: - виды дыхания - асаны Уметь: - не технично выполнять статические позы (асаны)	Знать: - виды дыхания - асаны Уметь: - выполнять позы (асаны) по показу
Знание основ народных танцев				
Знание: - элементов и движений татарского танца	Знать: -историю возникновения народного танца -основные положения и движения рук -основные ходы - основные движения ног	Знать: -основные положения и движения рук -основные ходы - основные движения ног Уметь: -по костюму и мелодии определить народность - самостоятельно и	Знать: -основные положения и движения рук -основные ходы - основные движения ног Уметь: -по мелодии	Поверхностные знания: - о движениях рук и ног Уметь: -по мелодии определить

	Уметь: -по костюму и мелодии определить народность - самостоятельно и правильно выполнять композиции -составить свою композицию на основе изученных движений	правильно выполнять движения и композиции	определить народность - самостоятельно выполнять композиции (выполнение не точное)	народность - выполнять движения и композиции по показу (выполнение не точное)
Знание основ современных танцев				
Знание: - Элементов джаз – танца и современных танцевальных стилей	Знать: - терминологию и употреблять на практике - упражнения для развития и подвижности всех частей тела -экзерсис на середине зала и в parterre - технику исполнения движений Уметь: - самостоятельно и правильно выполнять движения и комбинации - составлять комбинации на основе изученных движений	Знать: - терминологию - упражнения для развития и подвижности всех частей тела -экзерсис на середине зала и в parterre - технику исполнения движений Уметь: - самостоятельно и правильно выполнять движения и комбинации	Знать: - упражнения для развития и подвижности всех частей тела -экзерсис на середине зала и в parterre - терминологию (поверхностные знания) Уметь: - самостоятельно выполнять движения и комбинации (выполнение не точное)	Поверхностные знания: -об упражнениях для всех частей тела -об экзерсисе на середине зала и в parterre Уметь: - выполнять движения и комбинации по показу (выполнение не точное)
Знание основ подиумной походки				
Знание: - поворотов - фиксаций - возвратов - положения рук	Знать: - стойку манекенщицы - технику подиумного шага -повороты на месте и в ходьбе - виды фиксаций - виды возвратов - варианты положений рук Уметь: - правильно выполнять все повороты, фиксации, возвраты - сочинить комбинацию на основе изученных движений - выполнять практические задания с элементами творчества	Знать: - стойку манекенщицы - технику подиумного шага -повороты на месте и в ходьбе - виды фиксаций - виды возвратов - варианты положений рук Уметь: - правильно выполнять все повороты, фиксации, возвраты - сочинить комбинацию на основе изученных движений	Знать: - стойку манекенщицы -повороты на месте и в ходьбе - виды фиксаций - виды возвратов - варианты положений рук Уметь: - выполнять все повороты, фиксации, возвраты	Поверхностные знания: - стойку манекенщицы - повороты на месте - виды фиксаций - виды возвратов Уметь: - выполнять повороты, фиксации, возвраты (выполнение не точное)
Знание технологий здоровьесбережения				
Знание: -методов оздоровления - сущности данных	Знать: - методы оздоровления: логоритмика, кинезотерапия, музыкотерапия,	Знать: - методы оздоровления: улыбокотерапия, терапия творчеством -эмоциональные «маски»,	Знать: - методы оздоровления: улыбокотерапия, терапия	Поверхностные знания: - методы оздоровле

<p>методов</p>	<p>улыбкотерапия, терапия творчеством Уметь: -использовать на практике все методы оздоровления -выполнять комплекс упражнений: для брюшного пресса, партерной гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок» -владеть навыками подтянутых мышц брюшного пресса при выполнении любых движений - выполнять задания на развитие творческих способностей -использовать прием «живое лицо» во всех заданиях</p>	<p>прием «живое лицо» Уметь: -выполнять самостоятельно виды разминок - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок» с подключением рук, корпуса, наклонов и поворотов головы.</p>	<p>творчеством -эмоциональные «маски», прием «живое лицо» Уметь: -выполнять по показу виды разминок - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной гимнастики с использованием различных эмоциональных «масок»</p>	<p>ния: улыбкотерапия, терапия творчеством - эмоциональные «маски», прием «живое лицо» Уметь: выполнять по показу - задания на развитие творческих способностей - упражнения партерной гимнастики</p>
----------------	--	--	--	--

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Айенгар Б. Йога. Путь к абсолютному здоровью. Полное пошаговое руководство., 432., Издательство Э., 2018.
2. Бахрах И.И., Дорохов Р.Н. Физическое развитие школьников 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма // Смоленск, 2018.
3. Бокатов А., Сергеев С., Детская йога, 408с., АБВ., 2019.
4. Программа тренировок для профессиональных моделей.
5. Базарова Н.П. Классический танец. Учебники для вузов. Специальная литература – Планета музыки, 2020.
6. Закревская, Н.Г. Начальный профессиональный отбор в системе хореографического образования (XVIII – п/п XX вв.) / Н.Г. Закревская, П.Ю. Масленников // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 1 (155). – С. 100-103.
7. Лопухов А.В., Основы характерного танца. – 344с. – Планета музыки .,2020.

Информационные ресурсы

1. <http://zvetik7.ru/programma-obuchenia/horeo.html>
2. <http://www.horeograf.com/>
3. <http://www.ddtmosk.spb.ru/all/informaciya-dlya-roditelei-malyshei/obrazovatel'naya-programma-po-horeografii-azbuka-tanc>
4. http://muzikalkairk.ucoz.ru/load/obuchenie_detej_iskusstvu_khoreografii/3-1-0-525
5. <http://festival.1september.ru/articles/587644/>
6. http://mdou210.edu.yar.ru/dopolnitelnoe_obrazovanie/svedeniya_o_programme_obucheniya.html
7. <http://www.sov-dance.ru/text/pedchor/>
8. <http://www.ddtmosk.spb.ru/all/informaciya-dlya-roditelei-malyshei/obrazovatel'naya-programma-po-horeografii-azbuka-tanc>
9. http://list.mail.ru/10091/1/0_1_0_1.html
10. https://edu.tatar.ru/n_chelny/page1578.htm/page4171885.htm

Дополнительная литература

1. Бодалев А.А., Малькова З.А., Новикова Л.Н. и др. Концепция воспитания школьников в современных условиях. – М.: Институт теоретической педагогики и международных исследований в образовании РАО, 2018. – С. 54 – 72.
2. Блазис К. Искусство танца / Пер. с фр. О. Н. Брошниковского / М.- Л.,2017.
3. Блок Л. Д. Классический танец. История и современность, - М.,2019.
4. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры. Программа экспериментального курса. – М., Издательство «Новая школа», 2017.
5. Ваганова А. Я. Основы классического танца. - Л.,2018.
6. Властовский В.Г. Акселерация роста и развития детей, - М.: Изд-во МГУ, 2018.
7. Гальперин С.Н. Анатомия и физиология человека. – М.,2017.
8. Климов А.А. Основы русского народного танца. М.: Изд-во МГИК, 2016.
9. Кавеева А.И. Гимнастика в хореографии.- Казань, 2019.
10. Миронова З.С., Баднин И.А. Медицинское и социально-психологические аспекты отбора детей в хореографическое училище. – М., 2016.
11. Методические рекомендации по основам классического танца – Пермь, 2015.
12. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. – М., 2016.
13. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике. – М., 2017.
14. Телегин А.А. Ритмика и танец. – Самара, 2016.

Описание общей методики работы

Для достижения целей и задач, поставленных образовательной программой, предусмотрены различные формы работы: фронтальная, групповая, индивидуальная, выбор которых зависит от этапов занятия. В основной части занятия при ознакомлении с новым материалом используется фронтальная форма работы, при и первичном закреплении – групповая, при отработке отдельных элементов и комбинаций – индивидуальная.

Используются различные методы и приёмы:

- словесные методы: рассказ, описание, объяснение, указание, дискуссия, беседа, поощрение, работа с литературой;
- наглядные методы: метод показ иллюстративных пособий: плакатов, таблиц, фрагментарный показ упражнений и движений педагогом; демонстрация презентаций, видеоматериала;
- практические методы: выполнение творческих заданий, составление комбинаций, практическая работа, воспроизведение;
- эвристический метод: частично – поисковый, поисковый, метод проблемного изложения, проблемные задания, творческие работы и проекты;
- методы стимулирования;
- методы самоконтроля и взаимоконтроля;

Для отслеживания результативности качества усвоения программного материала разработаны контрольно-диагностические материалы. Разработаны: дидактические игры по разделам: «Хореография, ее направления и формы» (игра «Пазлы»), «Ритмика» (игра «Лото»), «Хатха-йога» (2 игры «Угадай-ка»), «Русский танец» (игра «Лапти»), «Татарский танец» (игра «Сандугач»).

- перфокарты по разделам: «Ритмика», «Основные построения», «Элементы классического танца» (по позициям рук и ног, по терминологии),
- тесты по разделам: «Техника безопасности»
- творческие задания по разделам: «Подиумная походка», «Основные элементы и движения народных танцев»,
- кроссворд: раздел «Основные элементы и движения детской бальной хореографии»,
- карточки по разделам: «Хореография, ее направления и формы. Хотите стать моделью? Что для этого важно», «Ритмика», «Основы организации правильного дыхания. Хатха-йога», «Элементы народных танцев».

При организации образовательной деятельности используются педагогические технологии: дифференцированного обучения, здоровьесберегающие технологии, компьютерные технологии. Применение на занятиях хореографии дифференцированной технологии позволяет обеспечить одинаковый темп продвижения каждого учащегося, способствует более прочному и осознанному усвоению программного материала, предоставляет возможность работать в полную меру творческих сил, ощущать радость труда, развивает уверенность в себе. Используются разноуровневые задания: карточки, перфокарты, кроссворды, дидактические игры, тесты. Учащимся предоставляется право выбора уровня сложности задания. Система разноуровневого контроля знаний, умений и навыков, способствует повышению активности учащихся и работоспособности на занятиях, привитию интереса к собственной познавательной деятельности.

Неотъемлемой частью образовательного процесса является валеологический аспект. Здоровьесберегающие технологии, используются с целью развития физических способностей детей, их более активного оздоровления и сохранения здоровья. На занятиях хореографии проводятся: беседы о здоровом образе жизни с просмотром презентаций; совместные занятия детей с родителями «Папа, мама, я – танцевальная семья», в программу введены гармонизирующий и терапевтический комплекс упражнений хатха-

йоги, кинезотерапии, логоритмики. В каникулярное время организовываются брейн – ринги по теме «Твое здоровье твой стиль жизни», Дни здоровья. Обязательным условием является соблюдение правил техники безопасности, гарантирующих охрану и укрепление физического и психологического здоровья учащихся. В процессе реализации вышеуказанных форм по здоровьесбережению, у учащихся вырабатываются: навыки самостоятельной оценки здоровья; умение пользоваться имеющимися возможностями организма для сохранения здоровья с наименьшими негативными последствиями.

В образовательном процессе используются компьютерные технологии. Учащиеся выполняют домашние задания с использованием сети Интернет.

В учебном процессе используются методические разработки: «Применение здоровьесберегающих технологий на занятиях по хореографии», «Основные аспекты формирования правильной осанки и походки, основы дефиле».

Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы 1 год обучения

Раздел	Формы занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Материально-техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
Вводное занятие. Диагностика. Вводный инструктаж по технике безопасности. Первичный инструктаж. ИОТ 002, 003, 004, 010, 020, 024. Хореография, её направления и формы. Хотите стать моделью? Что для этого важно.	беседа эвристическая, круглый стол,	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, опрос. Наглядные: демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение тестовых заданий	Схемы, иллюстрации, фотографии, видео-уроки	Мультимедиа магнитофон	Игра «Пазлы»
Партерная гимнастика. Комплекс упражнений, направленный на развитие и укрепление всех групп мышц тела. Игровой стретчинг.	игра-путешествие, практическое занятие, творческий отчет, зачет.	Словесные: объяснение, указание, поощрение, Наглядные: показ движений, Практические: выполнение упражнений.	иллюстрации, фотографии, видео-уроки	Мультимедиа магнитофон. спортивный инвентарь (гимнастические палки, теннисные мячики, коврики, скакалки)	Включенное педагогическое наблюдение. Игра «как в армии» Работа по карточкам.
Ритмика. Упражнения на совершенствование осанки и походки. Упражнения на выработку и совершенствование двигательных навыков посредством различных видов ходьбы и бега. Положения рук и ног. Упражнения на развитие всех частей	игра-путешествие, практическое занятие,	Словесные: объяснение, указание, поощрение, Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации) Практические: выполнение упражнений	схемы, иллюстрации, фотографии, видео-уроки	Мультимедиа магнитофон, спортивный инвентарь (гимнастические палки, теннисные мячики, коврики, скакалки)	Творческое задание Дидактическая игра «Лото».

тела Рисунки, исходящие из линии. Рисунки, исходящие из круга.					
Основы народной хореографии. Основные ходы и движения русского и татарского танца.	беседа эвристическая, встреча с интересными людьми, защита проектов, игра-путешествие, круглый стол, практическое занятие, презентация, экскурсия	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, танцевальных движений, составление танцевальных композиций	иллюстрации, фотографии, видео-уроки	Мультимедиа магнитофон. Элементы национального костюма: платки, головные уборы. Музыкальные инструменты (дудочка, курай, ложки, балалайка, гармошка и т.д.). Предметы, создающие этническую атмосферу (скамья, подсвечник, колыбель, рукодельные предметы и т.д.)	Дидактические игры «Лукошко», «Сандугач», «Тюбетейка»
Технологии здоровьесбережения. Практическая хатха-йога. Логоритмика. Кинезотерапия. Гармонизирующий комплекс. Асаны Дыхательная гимнастика. Пранаяма.	беседа эвристическая, встреча с интересными людьми, игра-путешествие, открытое занятие, практическое занятие	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, составление комплекса упражнений	схемы, карточки-задания	Мультимедиа магнитофон, спортивный инвентарь (гимнастические палки, теннисные мячики, коврики, скакалки)	Включенное педагогическое наблюдение. Дидактическая игра «Угадайка»
Основы дефиле. Подиумная походка. Виды фиксации. Основные повороты.	беседа, встреча с интересными людьми, конкурс, круглый стол, мастер-класс, открытое занятие, практическое занятие.	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, движений,	Схемы, иллюстрации, фотографии, видео-уроки	Мультимедиа магнитофон	Конкурс «Я модель».

		составление композиций			
Работа над репертуарными композициями. Разучивание движений композиций Репетиционная работа	практическое занятие	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации) Практические: составление танцевальных композиций, отработка танцевальных номеров	схемы	Мультимедиа магнитофон	Включенное педагогическое наблюдение. Концертная и конкурсная деятельность
Воспитательные мероприятия	встреча с интересными людьми, игра-путешествие, игра сюжетно-ролевая, игровая программа, конкурс, праздник, экскурсия	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, поощрение. Наглядные: показ (иллюстрации, презентации) Практические: участие в игре, выполнение заданий	Схемы, иллюстрации, фотографии, видео-уроки	Мультимедиа магнитофон, спортивный инвентарь (гимнастические палки, теннисные мячики, коврики, скакалки, мячи, пирамидки и т.д.), маскарадные костюмы	Включенное педагогическое наблюдение.
Итоговое занятие. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами					

2 год обучения

Раздел	Формы занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
Вводное занятие Диагностика. Вводный инструктаж по технике безопасности. Первичный инструктаж.	круглый стол, презентация,	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, поощрение, опрос. Наглядные: демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение заданий	Схемы, иллюстрации, фотографии, видео-уроки	Мультимедиа магнитофон	Игра «Пазлы»
Классическая	игра-	Словесные:	иллюстрации,	схемы,	Включенное

хореография Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического экзерсиса.	путешествие, игра сюжетно-ролевая, практическое занятие,	беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, Наглядные: показ движений, Практические: выполнение упражнений, составление комплекса упражнений.	фотографии, видео-уроки	спортивный инвентарь (гимнастические палки, теннисные мячики, коврики, скакалки)	педагогическое наблюдение.
Танцевальная культура средних веков и эпохи возрождения. Основные движения историко-бытовых танцев. Поклоны и реверансы.	беседа эвристическая, встреча с интересными людьми, практическое занятие	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, танцевальных движений	Схемы, иллюстрации, фотографии, видео-уроки		Включенное педагогическое наблюдение. Дидактическая игра «Лото».
Бальные танцы Основные элементы: латино-американской программы: самба, сальса, джайв; европейской программы: медленный вальс, фокстрот, танго.	беседа эвристическая, встреча с интересными людьми, защита проектов, игра-путешествие, круглый стол, практическое занятие, презентация, экскурсия	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, танцевальных движений, составление танцевальных композиций	Схемы, видеозаписи конкурсов по бальным танцам	Мультимедиа магнитофон	Конкурс
Основы дефиле. Подиумная походка. Виды фиксаций. Основные повороты	беседа эвристическая, встреча с интересными людьми, игра-путешествие, открытое занятие, практическое занятие	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение	схемы, спортивный инвентарь (гимнастические палки, теннисные мячики, коврики, скакалки)	Мультимедиа магнитофон	Конкурс «Я модель».

		упражнений, составление комплекса упражнений			
Работа над репертуарными композициями. Разучивание движений композиций Репетиционная работа.	беседа, встреча с интересными людьми, конкурс, круглый стол, мастер-класс, открытое занятие, практическое занятие.	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, движений, составление композиций	Схемы, видеозаписи отработанного материала	Мультимедиа магнитофон	
Промежуточная аттестация	защита проектов, творческий отчет, отчётный концерт	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, Практические: участие в концертном номере, защита проекта	Концертные костюмы, театральный реквизит	Мультимедиа магнитофон	Отчётный концерт
Воспитательные мероприятия	встреча с интересными людьми, игра-путешествие, игра сюжетно-ролевая, игровая программа, конкурс, праздник, экскурсия,.	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, поощрение. Наглядные: показ (иллюстрации, презентации) Практические: участие в игре, выполнение заданий	спортивный инвентарь (гимнастические палки, теннисные мячики, коврики, скакалки, мячи, пирамидки и т.д.), маскарадные костюмы	Мультимедиа магнитофон	Включенное педагогическое наблюдение.
Итоговое занятие. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами					

3 год обучения

Раздел	Формы занятий	Приёмы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
Вводное занятие Диагностика. Вводный инструктаж по технике безопасности.	круглый стол, презентация,	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, поощрение,	Схемы, иллюстрации, фотографии, видео-уроки	Мультимедиа магнитофон	Игра «Пазлы»

		опрос. Наглядные: демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение заданий			
Классическая хореография Система упражнений, состоящая из элементов и движений классического экзерсиса. Целевой инструктаж по технике безопасности перед каникулами	игра-путешествие, игра сюжетно-ролевая, практическое занятие,	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, Наглядные: показ движений, Практические: выполнение упражнений, составление комплекса упражнений.	иллюстрации, фотографии, видео-уроки	схемы, спортивный инвентарь (гимнастические палки, теннисные мячики, коврики, скакалки)	Включенное педагогическое наблюдение.
Основные элементы и движения спортивной гимнастики. Подводящие элементы. Движения и комбинации.	практическое занятие	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, танцевальных движений	Схемы, иллюстрации, фотографии, видео-уроки		Включенное педагогическое наблюдение. Дидактическая игра «Лото».
Основные элементы и движения танца-модерн. «FlooWork» (работа сидя и лёжа на полу) «Centrwork» (работа на середине зала) «Moninginthespace» (движения в пространстве)	круглый стол, практическое занятие, презентация, экскурсия	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, танцевальных движений, составление танцевальных композиций		Мультимедиа магнитофон	Дидактическая игра «Импровиз»
Основы дефиле. Подиумная походка. Виды фиксаций. Повороты-переступания.	встреча с интересными людьми, открытое	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание,	схемы, спортивный инвентарь (гимнастическ	Мультимедиа магнитофон	Включенное педагогическое наблюдение. Конкурс

Виды возвратов.	занятие, практическое занятие	поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: выполнение упражнений, составление комплекса упражнений	ие палки, теннисные мячики, коврики, скакалки)		«Я модель».
Работа над репертуарными композициями. Разучивание движений композиций Репетиционная работа.	практическое занятие	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, опрос. Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации) Практические: составление танцевальных композиций, отработка танцевальных номеров	Схемы, видеозаписи отработанного материала	Мультимедиа магнитофон	Включенное педагогическое наблюдение. Концертная деятельность
Аттестация по завершении реализации программы	Тест, защита портфолио, отчётный концерт	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, поощрение, Наглядные: показ движений, демонстрация (схемы таблиц, иллюстрации, презентации) Практические: участие в концертном номере, защита проекта	Концертные костюмы, театральный реквизит	Мультимедиа магнитофон	Отчётный концерт
Воспитательные мероприятия	встреча с интересными людьми, игра-путешествие, игра сюжетно-ролевая, игровая программа, конкурс, праздник, экскурсия.	Словесные: беседа, рассказ, объяснение, поощрение. Наглядные: показ (иллюстрации, презентации) Практические: участие в игре, выполнение заданий	спортивный инвентарь (гимнастический палки, теннисные мячики, коврики, скакалки, мячи, пирамидки и т.д.),	Мультимедиа магнитофон	Включенное педагогическое наблюдение.
Целевой инструктаж по технике безопасности					

КРАТКИЙ СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ:

Plie- сгибание, складывание

Demi-plie- полуприседание. **Grand-plie**- полное

приседание

Battement-

«отбивание», «биение».

Battementtendu- равномерное выдвижение работающей ноги (носок на полу).

Rond de jambe par terre- кругнойпополу.

En dedans - внутрь.

Endehors- наружу.

Battementtendujete- бросок вытянутой ноги на 25°,

Releve- подъем на полупальцы.

Battementreievelent- медленное поднимание вытянутой ноги.

Grandbattementjete- бросок вытянутой ноги на 90*.

Port de bras - движениерук.

Epaulement- «поворотплеч».

Enface— фронтальное положение тела.

Tempslevesaute- прыжок с двух ног на две.

Changementdepied- прыжок с двух ног на две с переменной ног в воздухе

Pasechappe- прыжок с просветом.

Pasglissade— скользящее движение

ОСНОВЫ ДЕТСКИХ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ:

Положение корпуса — effacee, croisee

Линия танца — направление движения в танце

Закрытая позиция — положение корпуса в паре лицом друг к другу

Променадная позиция — открытое положение корпуса в паре лицом по линии танца

ПОДИУМНАЯ ПОХОДКА:

Фиксация - положение ног.

Стойка - положение корпуса.

Возврат - уход назад.

Подиум - удлиненная сцена.

Портфолио - альбом с фотографиями.

ХАТХА-ЙОГА:

Хатха-йога - искусство управлять своим телом.

Асана - статическое упражнение, поза.

Пранайяма - дыхательное упражнение.

Яма - воздержание.

Гармонизирующий комплекс - оздоравливающие упражнения.

Релаксация - расслабление.

Валеология - «валео» будьте здоровы.