

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ХОРЕОГРАФИИ №3»

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



«Утверждаю»

Директор МАУДО «ДШХ №3»

Н.И.Аникина

Приказ №73

от 31.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»**

Направленность: художественная

Возраст учащихся: 6,6 – 18 лет

Срок реализации: 7 лет обучения

(для обучающихся Образцового детского коллектива
хореографической студии «Терпсихора»)

Авторы – составители:

Ахметшина А.А., балетмейстер, преподаватель;

Авдеева Е.А., преподаватель

Скрынникова О.Н., преподаватель;

Набиуллина Л.Ш., преподаватель

г. Набережные Челны, 2017 г.

Печатается по решению педагогического совета МАУ ДО «ДШХ № 3», протокол № 1 от 29.08.2022 года.

Составители:

Ахметшина А.А., балетмейстер, преподаватель МАУ ДО «ДШХ № 3»

Авдеева Е.А., преподаватель МАУ ДО «ДШХ № 3»;

Скрынникова О.Н., преподаватель МАУ ДО «ДШХ № 3»;

Набиуллина Л.Ш., преподаватель МАУ ДО «ДШХ № 3»

Рецензенты:

Аникина Н.И. директор МАУДО «Детская школа хореографии №3» города Набережные Челны

Тазиев С.Ф., кандидат педагогических наук, доцент ЕИ КФУ, заслуженный работник высшей школы Республики Татарстан

Ответственный редактор:

Елохина В.С., методист МАУ ДО «ДШХ № 3», заслуженный учитель Республики Татарстан

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографическое искусство» / Сост. Ахметшина А.А., Авдеева Е.А., Скрынникова О.Н., Набиуллина Л.Ш. - Набережные Челны, 2017. – 165 с.

Данная программа обучения разработана для использования ее как самостоятельной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Хореографическое искусство» для обучающихся хореографической студии «Терпсихора», с возможным использованием дистанционного обучения.

Она направлена на общее развитие личности учащихся в соответствии с их возрастными нормами и индивидуальными особенностями, формирование основных двигательных качеств и навыков, необходимых для занятий классическим, народно–сценическим и современным танцами.

Адресована руководителям хореографических объединений учреждений дополнительного образования детей.

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Набережные Челны «Детская школа хореографии №3»
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографическое искусство»
3.	Направленность программы	Художественная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Ахметшина А.А., балетмейстер, преподаватель МАУ ДО «ДШХ № 3»
4.2.	ФИО, должность	Авдеева Е.А., преподаватель МАУ ДО «ДШХ № 3»;
4.3.	ФИО, должность	Скрынникова О.Н., преподаватель МАУ ДО «ДШХ № 3»;
4.4.	ФИО, должность	Набиуллина Л.Ш., преподаватель МАУ ДО «ДШХ № 3»
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	7 лет
5.2.	Возраст обучающихся	6,6 лет-18 лет
5.3.	Характеристика программы:	
	- тип программы	дополнительная общеобразовательная программа
	- вид программы	общеразвивающая
	- принципы проектирования программы	- по принципу преемственности с постепенным усложнением по годам обучения; - соответствие возрастным и индивидуальным особенностям детей; - ориентация на метапредметные, личностные, предметные результаты образования; - творческий и продуктивный характер программы - самостоятельность обучения
	- Форма организации содержания и учебного процесса	Очная (индивидуальная, мелкогрупповая, групповая), с возможным использованием дистанционных технологий
5.4.	Цель программы	<ul style="list-style-type: none"> • Цель - формирование личности ребенка и его компетенций, соответствующими выбранному направлению и позволяющие продолжать обучение в учреждениях культуры и искусства. Задачи: <ul style="list-style-type: none"> - обеспечить освоение обучающимися образовательной программы, приобретение учащимися первоначальной хореографической подготовки, овладение основными теоретическими и практическими знаниями, умениями и исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять танцевальные

		<p>композиции;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развить способности к осуществлению ответственного выбора индивидуальной образовательной и профессиональной траектории. • Сформировать профессиональные навыки, соответствующие интересам, личностным запросам, умение самостоятельно оценивать хореографическое произведение, анализировать художественную деятельность, отстаивать свои взгляды, убеждения. • Привить культуру здорового образа жизни, укрепить здоровье. • Выработать умения самостоятельно добывать знания и работать с любой информацией по направлению (музыкальное, хореографическое, художественное, театральное), осуществлять контроль за своей учебной деятельностью, давать объективную оценку своему труду
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	<p>Модульно-блочное обучение. Программа включает в себя предметы: «Классический танец», «Народно - сценический танец», «Современный танец», «Ансамбль» «Хореографический спектакль» и «Сценическая практика»</p> <p>Программа включает материал по годам обучения и предусматривает 3 уровня освоения программы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>первый уровень</i> – базовый (нормативный срок освоения 4 года), предполагает освоение специализированных знаний, умений, навыков и терминологии, необходимых для формирования основ самостоятельной деятельности в старших классах (5-6х классах); умение осваивать новый материал в общекультурных областях; формирование и развитие устойчивого интереса к самообразованию. - <i>второй уровень</i> - повышенный (нормативный срок освоения 2 года), обеспечивающий более высокую степень овладения знаниями, умениями, навыками, необходимых для приобретения собственного опыта творческой, художественной деятельности, самореализации и самовыражения в хореографии, позволяющего учащемуся самостоятельно ориентироваться в ценностях мирового культурного пространства; - <i>третий уровень</i> – продвинутый (7-е выпускные классы), обеспечивающий углубленное изучение содержания программы и доступ к околопрофессиональным и профессиональным знаниям, создание наиболее благоприятных условий для обучения способных детей, готовых к продолжению обучения в профессиональных учебных заведениях культуры и искусства после окончания детской школы хореографии.
6.	Формы и методы образовательной деятельности	<p>Основная форма образовательной деятельности - урок; (контрольный урок), творческий просмотр, творческий показ, зачет (технический зачет), хореографический спектакль, репетиция, класс – концерт, концерт, мастер-класс.</p> <p>Главное в освоении содержания программы - самостоятельная работа обучающихся через использование различных форм дистанционного обучения</p> <p>Используемые методы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - словесный (беседа);

		<p>- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);</p> <p>- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);</p> <p>- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);</p> <p>- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.</p>
7.	Использование дистанционных образовательных технологий	ZOOM, WhatsApp, Telegram, VK
8.	Формы мониторинга результативности	<p>Оценка качества реализации программы «Хореографическое искусство» включает в себя текущий мониторинг, контроль, проводимый в конце 1 полугодия, промежуточную аттестацию обучающихся и аттестацию по завершению освоения программы.</p> <p>Формы текущего мониторинга используются разные, в том числе предполагается выполнения творческих заданий педагога (викторин, конкурсов, кроссвордов и т.д.), подготовку рефератов, видеороликов, фотографий, проведение тестов, контрольных работ. Полученные материалы используются преподавателями для анализа полноты реализации образовательной программы, соотнесения прогнозируемых и реальных результатов обучаемых.</p> <p>Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.</p> <p>Промежуточная аттестация и аттестация по завершению освоения программы проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет в форме тестирования, выполнения творческой работы по созданию танцевальных этюдов, танца и т.д</p>
9.	Результативность реализации программы	<p>Результат образовательного процесса - выпускник хореографической студии с сформированными компетенциями, соответствующими выбранному направлению и позволяющие продолжать обучение в учреждениях культуры и искусства имеющих:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Достаточный уровень знаний элементов классического, народного и современного танца, и применяющий их в практической деятельности. • Осмысленное отношение к танцу как художественному произведению, осознанные познавательные интересы и стремление реализовать их. • Профессиональные навыки, соответствующие интересам, личностным запросам, умение самостоятельно оценивать хореографическое произведение, анализировать художествен-

		<p>ную деятельность, отстаивать свои взгляды, убеждения.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сформированность способности к осуществлению ответственного выбора индивидуальной образовательной и профессиональной траектории. • Умение самостоятельно добывать знания и работать с любой информацией по направлению (музыкальное, хореографическое, художественное, театральное).
10.	Дата утверждения и последней корректировки программы.	09.11.2017 год 29.08.2022 год
11.	Рецензенты	Аникина Н.И. директор МАУДО «Детская школа хореографии №3» города Набережные Челны Тазиев С.Ф., кандидат педагогических наук, доцент ЕИ КФУ, заслуженный работник высшей школы Республики Татарстан

Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	7
1.1. Пояснительная записка	7
1.2. Матрица образовательной программы (если программа разноуровневая)	20
1.3. Учебный план	25
1.4. Учебный (тематический) план	26
1.5. Содержание программы	53
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	157
2.1. Организационно-педагогические условия реализации программы	157
2.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	
2.3. Оценочные материалы	159
Список использованной литературы	160
Список литературы для детей	161
Приложения	164
	165

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографическое искусство» для учащихся 1-7 классов хореографической студии «Терпсихора» с возможным использованием дистанционных технологий - основной нормативный документ, который определяет приоритетные ценности и цели, особенности содержания, организации, учебно-методического обеспечения образовательного процесса в хореографической студии «Терпсихора». Программа ориентирована на развитие общей и эстетической культуры учащихся, художественных способностей в избранном виде искусства – хореографии, способствующих разви-

тию ребенка с учетом его индивидуальных способностей, мотивов, интересов, ценностных ориентаций.

Это комплексная программа. Курс состоит из таких предметов как «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Современная хореография», «Ансамбль», а для индивидуальной работы с учащимися предметы: «Хореографический спектакль» и «Сценическая практика».

Между ними установлены межпредметные связи, которые способствуют лучшему формированию отдельных понятий внутри каждого предмета, так называемых межпредметных понятий, полное представление о которых невозможно дать учащимся на уроках какой-либо одной дисциплины.

Основными принципами организации обучения с применением электронных ресурсов и дистанционных технологий являются:

-принцип интерактивности, выражающийся в возможности постоянных контактов всех участников учебного процесса с помощью специализированной информационно-образовательной среды (в том числе, форумы, электронная почта, Интернет-конференции, он-лайн уроки, вацап, контакт, инстаграмм, skype-общение);

-принцип адаптивности, позволяющий легко использовать учебные материалы нового поколения, содержащие цифровые образовательные ресурсы, в конкретных условиях учебного процесса, что способствует сочетанию разных дидактических моделей проведения уроков с применением дистанционных образовательных технологий и сетевых средств обучения: интерактивных тестов, заданий, обучающих видео и др.;

-принцип гибкости, дающий возможность участникам учебного процесса работать в необходимом для них темпе и в удобное для себя время;

-принцип модульности, позволяющий использовать ученику и преподавателю необходимые им сетевые учебные курсы (или отдельные составляющие учебного курса) для реализации индивидуальных учебных планов;

-принцип оперативности и объективности оценивания учебных достижений учащихся.

2. Организация образовательного процесса с использованием дистанционных технологий.

2.1. Педагогический коллектив хореографической студии «Терпсихора», реализующий обучение с использованием дистанционных образовательных технологий, создает и развивает информационную среду, отвечающую требованиям современного образовательного стандарта, в соответствии с которым весь процесс должен вестись и фиксироваться в информационной среде.

2.2. Прием учащихся на обучение по дополнительным образовательным программам в системе дистанционного обучения осуществляется на основании письменного заявления родителей (законных представителей), содержащего сведения об обучающемся (для регистрации присвоения индивидуального пароля и логина, установления контакта).

2.3. Основными элементами системы дистанционного обучения являются:
-цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах;

- видеоконференции;
- надомное обучение с дистанционной поддержкой;
- вебинары;
- E-mail;
- электронные наглядные пособия.

2.4. Формы дистанционных образовательных технологий:

- лекции;
- консультация;
- семинар;
- практическое занятие;
- самостоятельная работа.

2.5. обучение, осуществляющееся на основе цифровых образовательных ресурсов:

- электронные учебники;
- интерактивные обучающие ресурсы;
- компьютерные демонстрации;
- электронные источники информации.

2.6. Ресурсы, сопровождающие предметные дистанционные курсы:

- тестирование онлайн;
- конкурсы, консультации онлайн;
- предоставление методических материалов.

2.7. В период дистанционного обучения используется безотметочная система обучения.

При разработке программы авторы-составители руководствовались

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. No 678-р.

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. от 05.09.2019, 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

- Стратегическая инициатива «Новая модель системы дополнительного образования», одобренная Президентом Российской Федерации 27 мая 2015 г.;

- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. от 16.07.2020);

- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 03.09. 2018 года № 10);

- Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Детская школа хореографии №3».

При проектировании и реализации программы также учтены методические рекомендации:

- по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»);

- по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных), письмо Министерства образования и науки РТ от 28.01.2022 № 1068/22.

Программа размещена на сайте МАУДО «ДШХ №3», в информационном сервисе «Навигатор дополнительного образования Республики Татарстан».

При разработке содержания программы «Хореографическое искусство» использовался собственный опыт практической работы по реализации Дополни-

ной общеобразовательной общеразвивающей программе художественной направленности «Хореографическое искусство» в очной форме обучения.

Ссылки на ресурсы, используемые при обучении преподавателями Образцового детского коллектива «Хореографическая студия «Терпсихора»

Классический танец	Народно-сценический танец	Современная хореография	Развитие физических и природных данных
<p>https://youtu.be/-slxQNms7Dg Повторяем позиции рук в классическом танце</p>	<p>https://youtu.be/doYUHKaeEzk Вспомнить позиции рук в народном танце</p>	<p>https://yandex.ru/video/touch/preview?filmId=3140252950698449720&text=кросс%20по%20джаз%20модерну&clid=2160746&path=wizard&parent-reqid=1586170939488707-17743929151742192400162-production-app-host-vla-web-yp-188&redircnt=1586170950.1</p>	<p>Мини тренировка https://www.instagram.com/tv/B-o4bx1FS52/?igshid=1kvmlcs21gy1q</p>
<p>https://youtu.be/cTTryCQ1H4 Повторяем позиции ног в классическом танце</p>	<p>https://youtu.be/AZ4bR9yuQsM Основные ходы народного танца</p>	<p>Кросс по джаз модерну: https://yandex.ru/video/touch/preview?filmId=12959604139547402013&text=%D0%BA%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%81%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%B4%D0%B6%D0%B0%D0%B7%20%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD%D1%83&clid=2160746&path=wizard&parent-reqid=1586170939488707-17743929151742192400162-production-app-host-vla-web-yp-188&redircnt=1586172790.1</p>	<p>"Силовой комплекс для малышей. Развитие силы у детей" https://youtu.be/qiCPoftS2P8</p>
<p>https://youtu.be/sGh99PsLwNs Повторяем первое порт де бра</p>	<p>Упражнения на подвижность тазобедренных суставов. Русский танец https://youtu.be/twcI_dmo</p>	<p>1/3 Зарождение современного танца: Айседора Дункан, танец модерн, экспрессивный танец</p>	<p>"Вылет в поперечный шпагат. Прыжки в танце. https://youtu.be/ki403AVOHhE</p>

	v0c	https://youtu.be/I7OmjAwBB3c	
<p>Сотгэ https://youtu.be/9kWmpPX15Tk Шажман https://youtu.be/JR6Z0qdIBwM Эшапэ https://youtu.be/GTEKJOi6wNA Глиссад https://youtu.be/MvJn2no0cBo Эшапэ https://youtu.be/Mp0RcE54V9A Па шассэ https://youtu.be/xjDW3Y8j26g Па жетте https://youtu.be/tHeJI4lc vU</p>	<p>https://youtu.be/mC8PSaBptK8 Гармошка</p>	<p>Развитие современного танца и его инструментов https://youtu.be/vH4L4cZAQY</p>	<p>Как правильно сделать колесо на локтях https://youtu.be/H6HHo okqms8</p>
<p>Деми плие, гранд плие, рэлевэ https://youtu.be/urdf_Arq9BQ https://youtu.be/ch9NjW5wHOw комбинация деми плие</p>	<p>Как делать разножку. Мужские трюки https://youtu.be/6tVVxCRp28o</p>	<p>Импровизация. Контемпорари балет https://youtu.be/VzM9Mt_cpq0</p>	<p>Домашняя тренировка для детей 6-12 лет. Универсальный комплекс https://youtu.be/aiapdkcHLzg</p>
<p>https://youtu.be/WIbUP7H5Wz4 Релеве</p>	<p>https://youtu.be/qvmVoz8zdBI Ковырялочка</p>	<p>Импровизация. Контемпорари https://youtu.be/eDvtx95mg00</p>	<p>"Растяжка. Любимый комплекс балерины Насти Исаевой" https://youtu.be/NXK4eNjMesA</p>
<p>https://youtu.be/rUJcqAkCGvA Батман тандю</p>	<p>https://youtu.be/bkYAsA6K4Dg Молоточки</p>	<p>https://гранитанца.рф/советы/импровизация-в-танце-как-ей-научиться/</p>	<p>Тренировка всех групп мышц с Марией Хоревой https://youtu.be/zwhYEK1oxwk</p>
<p>https://youtu.be/oZJjbg0xUW0 Батман тандю жетте</p>	<p>Кубанский казачий танец Гусеница https://youtu.be/RwNiE-g8a8</p>	<p>Свинг https://youtu.be/XUSYURNPWto</p>	<p>Кардио тренировка с балериной Марией Хоревой, разогрев, растяжка https://youtu.be/K4qxZP SNF8</p>

https://youtu.be/FIj51hhNICQ Ронде жам партер	Русский танец вращения https://youtu.be/UUFNRs0emIE	Книжка https://youtu.be/uY3VwdJ JrJE	Как улучшить свою выворотность https://youtu.be/R0zeBgUnYIs
https://youtu.be/Hk9bfOoAtE0 Батман фондю	Комбинация хлопущки и ключ одинарный https://youtu.be/cfXKkVw1kn4	Пережат через грудь, через спину в кольцо https://youtu.be/Ix9T31E0nII	Растяжка. Любимый комплекс балерины Насти Исаевой https://youtu.be/NXK4eNjMesA
https://youtu.be/cdelt2QzFbw Пти батман	Комбинация веревочки https://youtu.be/ee3KaG9gkmc	Упражнения для верхней части позвоночника. Керв и арч https://www.youtube.com/watch?v=xUVrmhKsgBI&feature=share	Утренняя зарядка от балетных педагогов: качаем ягодичцы https://youtu.be/Ahx4FECW_gA
https://youtu.be/6u-XwgtKNE Батман фразпе	Гос ансамбль песни и танца Татарстана https://youtu.be/apy4og30TSM	Ролл даун и ролл ап https://www.youtube.com/watch?v=7rvtQDQeIUY&feature=share	Утренняя зарядка от балетных педагогов: улучшаем выворотность https://youtu.be/OJ8xDE2Hifs
https://youtu.be/d8SOm8GeCv8 Ронде жам анлер	Русский танец Полянка https://youtu.be/C32G_zumYcI	Флат бак https://www.youtube.com/watch?v=mij22Vpzm40&feature=share	Утренняя зарядка от балетных педагогов https://youtu.be/BcBgf37My_g
https://youtu.be/rDHIs81AveY Адажио		Боди ролл https://www.youtube.com/watch?v=fnoZWWOUmEs&feature=share	Кардио тренировка с балериной Марией Хоревой, разогрев, растяжка https://youtu.be/K4qxZP SNF8
https://youtu.be/BfuKFMZaal0 Гранд батман жетте		Контракш и релиз https://www.youtube.com/watch?v=R3AUjOrjJ1I&feature=share	Кардио тренировка без инвентаря https://youtu.be/zMiUNIZZWMQ
https://youtu.be/_SUEZz_mnkc Тренировка на все тело для укрепления пресса и т.д.		Джаз модерн (дети) - кросс, импровизация https://yandex.ru/video/tech/preview?filmId=12959604139547402013&text=%D0%BA%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%81%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%B4%D0%B6%D0%B0%D0%B7%20	Балетная гимнастика, растяжка https://youtu.be/cvCALNmAwCw

		%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD%D1%83&clid=2160746&path=wizard&parent-reqid=1586170939488707-17743929151742192400162-production-app-host-vla-web-yp-188&redircnt=1586172790.1	
https://youtu.be/58wAFu_d88Y Пуанты начальный уровень		Модерн джаз. Учебная комбинация https://youtu.be/Bj5MswBTeCw	Отработка прыжков https://youtu.be/618DnfKcP-A
https://youtu.be/FY-6MK67c34 Это позы. Положения корпуса на середине		Укладка https://youtu.be/G_7hMjaP-R0	Балетная танцевальная тренировка на все тело с Марией Хоревой https://youtu.be/mvNOZ3XRhw0
https://youtu.be/bYsbwFWCViA Как делать вращения. Дегаже и тур пике		Свинг https://youtu.be/XUSYURNPWto	Утренняя зарядка на 15 минут https://youtu.be/emHTnd82zJY
Мастер-Класс младшего и старшего отделений Хорео: https://youtu.be/esZJYtxGUxg		Изоляция. Движения грудной клеткой. https://youtu.be/wvKZj54wyf4	Гимнастика Бориса Князева https://youtu.be/-oO6SufVhQw
changement de pieds в повороте https://yandex.ru/video/tech/preview?filmId=13139908627626743860&parent-reqid=1586494948745150-1409460256256019801400203-production-app-host-man-web-yp-163&path=wizard&text=changement%2Bde%2Bpieds%2B%D0%B2%2B%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B5%2B%D0%BD%D0%B0%2B1%2F2		Изоляция. Движения тазобедренной частью https://youtu.be/VaOt7AbGuSQ	Как укрепить стопу: упражнения с резиной: https://youtu.be/4JFxEytFvx0

Сисон томбэ https://youtu.be/RQhZBzVMn74		Позиции ног. Модерн-джаз https://youtu.be/DAqggvZqZAc	https://youtu.be/BVaYaXzPycM Ошибки при растяжке, которые не дают сесть на шпагат
Сисон семпль https://youtu.be/gNHwq7X9TXs		Модерн-джаз Позиции рук https://youtu.be/50KaiCs9iWA	
Сисон ферме https://youtu.be/I1c9fzosfh4		Шаги в хип хопе https://youtu.be/m3cySy2mF1k	
Балетный класс дома для начинающих и продвинутых https://youtu.be/zGY4m8zs_0c		Руки в хип хопе https://youtu.be/ynAYu14f2Qw	
Балет на карантине https://youtu.be/n81wvTS-vNO		Связка 1 по хип хопу https://youtu.be/HILSNJaWvOU	
Как делать вращения https://youtu.be/bYsbwFWCViA			
Как поймать баланс. Лайфхаки от балерины Элеоноры Богдановой https://youtu.be/hkzhzuA84g8			
Дубль ассамбле https://www.youtube.com/watch?v=yPca6MTY4sk&feature=share			
Урок 1 (младшая группа, 10-13 лет) https://youtu.be/82gpgtPpAxE			
Урок 2 (средняя группа, 13-16 лет) https://youtu.be/AtO4TBIVuaE			
Ballet workout ARA-BESQUE improvement from Maria https://youtu.be/vB_wwvp_RU			
"Ballet Class at home in 2020 (center) wit Maria https://youtu.be/Ipbdwrw			

sTJg			
https://youtu.be/mqeZXXKzgE-E Как крутить пируэты. Готовимся к фуэтэ			

Мероприятия

Ссылка	Мероприятие
https://www.instagram.com/tv/B_mOfgfAU6f/?igshid=vgx0qb2oshs3	ВидеоКлип, снятый в условиях самоизоляции от учащихся Хореографической студии «Терпсихора»
https://www.instagram.com/p/B_7hVQLKjcU/?igshid=v5tdm5ul2wdr	Видеоролик младшего состава в честь Дня Победы
https://www.instagram.com/tv/B_mOfgfAU6f/?igshid=vgx0qb2oshs3	Видеоролик от преподавателя Храмовой Н.В. в честь Дня Танца

Знаменитые балерины

https://youtu.be/dYk73mvBPZE	Анна Павлова
https://youtu.be/5SIhAVGDGPs	Анна Павлова танцует Лебединое озеро
https://youtu.be/Kdrw_W5Oxs	Майя Плисецкая
https://youtu.be/6MDpz6HNosM	Майя Плисецкая: черно-белый лебедь

Использование других дистанционных ресурсов

Направленность ДООП	ЭОР
Хореография	http://www.horeograf.com/new/centr-distancionnogo-obucheniya-dlya-xoreografov.html http://www.horeograf.com/ http://www.mariinsky.ru http://www.balletmusic.ru http://sov-dance.ru http://www.gallery.balletmusic.ru http://culture.ru http://gorod.crimea.edu/librari/ist_cost/ https://horeografiya.com/ http://festival.1september.ru/ https://www.youtube.com/watch?v=uyK9qO0TKDM https://www.youtube.com/watch?v=Oz4EOtbt3OU https://www.youtube.com/watch?v=rPUy7IFMmNw https://www.youtube.com/watch?v=dd7RpkBZ5pI https://www.youtube.com/watch?v=MRd7Ysx8tHw https://www.youtube.com/watch?v=a_dgwPRd4IA https://www.youtube.com/watch?v=Enlp0v1gXjQ https://www.youtube.com/watch?v=bGEg5_Bfarg https://www.youtube.com/watch?v=TIijaOczTZs https://www.youtube.com/watch?v=HPtyR3ci9ro

	https://www.youtube.com/watch?v=tdeC-e61VLs https://www.youtube.com/watch?v=8BPVy9k2P1c&t=2597s https://www.youtube.com/watch?v=BtbanB5sIMQ https://www.youtube.com/watch?v=5OO0m2gCTNA https://www.youtube.com/watch?v=rZc4O0y8MLE
--	---