

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр эстетического воспитания детей»  
Елабужского муниципального района Республики Татарстан

Принята на заседании  
Педагогического совета  
МБУ ДО «ЦЭВД» ЕМР РТ  
Протокол № 3  
от «09» февраля 2021 г.

«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО «ЦЭВД» ЕМР РТ  
Файзуллина А.Ф.  
Приказ № 7  
от «09» февраля 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Хореография»  
Возраст обучающихся: 8-14 лет  
Срок реализации программы: 3 года

Автор-составитель:  
Косинцева Алеся Геннадьевна  
педагог дополнительного образования  
первой квалификационной категории

г. Елабуга, 2018 г.

Информационная карта образовательной программы.

1	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр эстетического воспитания детей» Елабужского муниципального района Республики Татарстан
2	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореографическое искусство»
3	Направленность	Художественная
4	Автор программы:	Косинцева Алеся Геннадьевна
5	Сведения о программе	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» по содержательной направленности – художественная и направлена на физическое, эмоциональное, нравственное, коммуникативное и творческое развитие детей.
5.1	Срок реализации	3 года
5.2	Возраст обучающихся:	8-14 лет
5.3	Характеристика программы: -тип программы: -вид программы : - форма организации содержания и учебного процесса	- Модифицированная - Однопрофильная
5.4	Цель программы	Создание благоприятных условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии.
5.5	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	Стартовый уровень Базовый уровень Продвинутый уровень
6	Формы и методы образовательной деятельности	1.Словесный (лекции, беседы, объяснение) 2. Наглядный (просмотр видеозаписей, посещение концертов хореографических коллективов) 3.Практический (классический тренаж, упражнения современного танца, постановка танцевальных номеров, их репетиция) 4.Инструктивно - репродуктивный -наблюдение -контроль и самоконтроль -стимулирование и мотивация - анализ <b>Методы контроля</b> – устный контроль, самоконтроль и взаимоконтроль учащихся. - контрольные опросы, - тесты, - задания по темам курса обучения

		<p><b>Формы работы</b>  <i>Групповые</i> (классический тренаж, упражнения современного танца, постановки)  <i>Индивидуальные</i></p>
7	Формы мониторинга результативности	Беседа ,личная карточка учащегося ,тестирование музыкальная игра ,контрольный опрос индивидуальное собеседование.
8	Результативность реализации программы	Участие в конкурсах:
9	Дата утверждения последней корректировки программы	<p>8Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель» г.Наб Челны 2018 г -Лауреат III степени , I степени,</p> <p>Международный конкурс искусств «Арт перспектива» г.Казань 2018-Лауреат II степени</p> <p>IV Международный фестиваль-конкурс, детского, юношеского и взрослого творчества «Арт - Олимп» г.Елабуга 2018 – Лауреат II степени, Лауреат II степени, Лауреат III степени , Лауреат III степени,</p> <p>Международный конкурс хореографического искусства «Путь к успеху» г. Казань 2019- Лауреат II степени, Лауреат III степени,</p> <p>IX Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель» г.Наб Челны 2018 г - I степени,II степени,</p> <p>Всероссийский фестиваль-конкурс детского и юношеского творчества «Ритмы весны» г.Казани 2019- Лауреат II степени, Лауреат III степени, Лауреат II степени, Международный фестиваль –конкурс детского и юношеского творчества «Казанская радуга» Казань 2019г - I степени , II степени,</p> <p>5 Международный фестиваль-конкурс, детского, юношеского и взрослого творчества «Арт - Олимп» г.Елабуга 2018 – Лауреат II степени, Лауреат II степени,</p> <p>Международный конкурс –фестиваль в рамках проекта «Когда мы вместе» г.Наб Челны 2019г - I степени,</p> <p>X Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель» г.Наб Челны 2018 г – Лауреат II степени, Лауреат III степени</p> <p>IX Республиканский фестиваль хореографического искусства “Танцевальная карусель»  Наб Челны 2019 г.  Лауреат I степени</p> <p>X Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель» г.Наб Челны 2018 г  Лауреат II степени, Лауреат II степени, Лауреат III степени/  Республиканский Фестиваль –конкурс юных исполнителей «Первые шаги»г Наб Челны 2021 г  Диплом I степени , Диплом I степени</p> <p>XI Республиканский фестиваль хореографического искусства «Танцевальная карусель» г.Наб Челны 2021 г – Лауреат I степени, Лауреат II степени ,Лауреат II степени,</p> <p>Всероссийский фестиваль-конкурс детского и юношеского творчества «Ритмы весны» г.Казани 2021  Лауреат II степени, Лауреат II степени, Лауреат III степени,  Лауреат III степени.</p> <p>I Муниципальный этнокультурный хореографический фестиваль</p>

		«Танцы народов мира» г.Елабуга 2021 г Диплом участника
--	--	---

<b>№</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Страница</b>
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы		
1	Пояснительная записка	5
2	Учебный план 1- го года обучения	9
3	Содержание учебного плана 1 –го года обучения	10
4	Учебный план 2 - го года обучения	15
5	Содержание учебного плана 2 –го года обучения	17
6	Учебный план 3- го года обучения	20
7	Содержание учебного плана 3 –го года обучения	22
8	Планируемые результаты освоения программы	26
Раздел 2 . Комплекс организационно - педагогических условий		
9	Организационно – педагогические условия реализации программы	34
10	Формы аттестации / контроля и оценочные программы	36
11	Список информационных ресурсов	37
12	Приложение ( методические материалы )	38

Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая программа «Хореографическое искусство» по содержательной направленности -художественная и направлена на физическое, эмоциональное, нравственное, коммуникативное и творческое развитие детей .

Программа разработана с учетом требований нормативных документов:

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. п (ред. от 30.03.2020), Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование» от 3.09.2018, № 10, Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» от 23 августа 2017 г. N 816, Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Письмом МОиН РТ «О направлении методических рекомендаций по проектированию современных общеобразовательных (общеразвивающих) программ» от 15.01.2021 г., Уставом Организации.

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. История трактует ,что танец возник из жестов ,связанных с трудовыми процессами и эмоциональными отголосками окружающего мира. Почти все важные события в жизни первобытного человека отмечались танцами : рождение ,смерть, война ,избрание нового вождя ,исцеление больного.

Движения постепенно подвергались художественному обобщению ,в результате чего сформировалось искусство танца ,одно из древнейших проявлений народного творчества.

У каждого народа сложились свои танцевальные традиции.

Танец ,как литература и музыка раскрывает многогранность национальных традиций народа.Через изучение основ хореографии учащиеся приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус.

#### **Обоснование необходимости внедрения.**

Систематические занятия хореографией очень полезны и для физического развития детей: у них улучшается осанка, устраняется ряд

физических недостатков, укрепляются мышцы и связки, становятся подвижными суставы, совершенствуются движения.

Включение ребенка в активную хореографическую деятельность позволяет ему приобретать жизненный практический опыт, а также усваивать и осознавать социальные ценности.

Танец в любом проявлении является мощным импульсом чувств и эмоций ,но искусство танца является – это то ,как этот импульс направляется искусными исполнителями в нечто интенсивное и выразительное ,что может радовать зрителей.

Хореография даёт возможность ребёнку выразить себя в танце ,развивать умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику .

**Актуальность** программы продиктована социальным запросом родителей и детей.

Танец оказывает целительное влияние на эмоционально – психологическое состояние ребенка , так как дает выход эмоциям и чувствам ,гармонично скоординированных движений ума и тела.

Художественное образование - это процесс овладения человеком художественной культуры своего народа и человечества, один из важнейших способов развития и формирования целостной

личности, ее духовности, творческой индивидуальности, интеллектуального и эмоционального богатства. и творческую сторону личности.

Дополнительное образование – это одна из возможностей человека вхождения в социальную деятельность через собственный выбор сфер творчества. Оно направлено на развитие творческого потенциала детей, обеспечение условий для творческого роста и создание возможностей творческого развития, этому служит художественно-эстетическое воспитание, в частности, занятия хореографией.

Хореографическое искусство – массовое искусство доступное всем. Благодаря систематическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение.

Современная хореография- это способ самовыражения и познания собственного «Я». Система современного танца постоянно обновляется, расширяется и изменяется. Современный танец привлекает своей новизной и позволяет создавать собственный стиль, отталкиваясь от базовых движений танцевальных направлений, включая творческий потенциал, креативность, стиль и манеру.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму, окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, в общем, создает новую пластику. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Классический танец – это главная система выразительных средств балетного искусства, выработанная великим педагогом классического танца А. Вагановой. Предмет «классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской культуры. В процессе обучения развиваются физические данные учащихся, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики. Занятия классическим танцем оказывают также воспитательное воздействие: у учеников вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

Народный танец – родоначальник всех видов хореографического искусства и профессиональной хореографии. Народно-сценический танец знакомит с сокровищницей народного танцевального искусства, учит пользоваться ею и прививает любовь к этому виду танца, а также предполагает большую работу над характером танца. Система тренажа народно-сценического танца построена на методике преподавания И.Моисеева.

**Новизна** данной программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме.

Программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитиеначальных навыков в искусстве танца.

Программа направлена на:

- создание условий для развития ребенка;
- обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- профилактику асоциального поведения;
- создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка;
- укрепление психического и физического здоровья;
- взаимодействие педагога дополнительного образования с семьей.

**Отличительной особенностью программы** является процесс обучения, построенный по принципу «от педагога к ученику» и «от старшего к младшему», поскольку в одной группе занимаются дети разного возраста, что также способствует формированию чувства коллективизма и преемственности мастерства. Процесс обучения ведется по принципу «от простого к сложному».

Программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

- принципах обучения (индивидуальность, систематичность, доступность, последовательность, поэтапность, учет психофизиологических и возрастных особенностей, преемственность, результативность);
- формах и методах обучения (дифференцированное обучение, занятия, конкурсы, соревнования, экскурсии, фестивали и т.д.);
- методах контроля и управления образовательным процессом (тестирование, анализ результатов конкурсов, соревнований и др.);
- средствах обучения.

**Цель:** Развитие личности ребенка, способной к творческому самовыражению, через изучение хореографического искусства.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- обучить детей основам хореографии;
- сформировать танцевальные знания у учащихся, а так же умение овладения программным материалом;
- научить понимать язык музыки и выражать его в танце;
- научить применять элементы танцев в импровизации;
- научить использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;

**Развивающие:**

- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- развить технику исполнения танца;
- развить память и внимание;
- сформировать правильную осанку и укрепить двигательный аппарат;
- развить артистизм и эмоциональность;
- способствовать физическому развитию ребенка: правильное дыхание, эластичность мышц, подвижность опорно-двигательного аппарата.

**Воспитательные:**

- способствовать созданию дружного творческого коллектива;
- воспитать дисциплинированность и аккуратность;
- воспитать личность, уважающую свою национальную культуру и культуру других народов, через искусство танца;
- приобщить ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела, через систему и последовательность занятий, трудолюбие и целеустремленность;
- воспитать чувство человеческого достоинства, коллективизма и справедливости, умение радоваться успехам других, уважать их точку зрения, через уважительное отношение и терпимость друг к другу;
- привить ребенку правила этикета и красивых манер;

**Возраст детей,** участвующих в реализации данной программы от 7 до 14 лет.

Возрастные особенности детей 7 - 8 лет

В этом возрасте происходят качественные и структурные изменения головного мозга (он увеличивается). Происходят изменения и в протекании основных нервных процессов - возбуждения и торможения. Проявляется самостоятельность, (желание делать все самому, дети требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов, даже если не понимают цели или не имеют средств для их достижения). Слабые стороны в физиологии детей этого возраста - быстрое истощение запаса энергии в нервных тканях, поэтому время занятий поначалу может быть ограничено и постепенно увеличиваться от 25-30 минут до 60, а потом и до 90 минут. Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью (значительное количество хрящевых тканей и повышенная эластичность клеток). Развитие мелких мышц идет медленно, поэтому быстрые и мелкие движения, требующие точности исполнения, представляют для детей большую сложность.

Возрастные особенности детей 9-10 лет

В этот период в психике ребёнка происходят существенные изменения. К этому возрасту у него уже сформированы определённые житейские понятия, но продолжается процесс перестраивания



сложившихся ранее представлений на базе усвоения новых знаний, новых представлений об окружающем мире. Благодаря развитию нового уровня мышления происходит перестройка всех остальных психических процессов.

Новообразованием 10-летнего возраста является рефлексия. Происходит преобразование не только в познавательной деятельности учащихся, но и в характере их отношения к окружающим людям и к самим себе.

Именно к концу данного возраста у учащихся должны быть сформированы и другие новообразования: способность к саморегуляции, произвольность. Ведь, приступая к обучению в средней школе, несформированность или недостаточный уровень развития этих новообразований приведёт к сложностям в учебной деятельности.

Данный возраст характеризуется интеллектуальной и познавательной активностью, которая стимулируется учебно-познавательной мотивацией.

Развитие и успешность ребёнка в большей степени будет зависеть не только от получения новых разнообразных знаний, новых сведений, но и от поиска общих закономерностей, и самое главное, от освоения самостоятельных способов добывания этих новых знаний.

У детей отмечаются сильные эмоциональные переживания как положительные, так и отрицательные.

Человек, на каком бы возрастном этапе он не находился, всегда нуждается в принятии его со стороны другими людьми. Педагогу надо чаще хвалить, ставить в пример, найти педагогический подход к ребёнку, но в возрасте 10-ти лет данная потребность выражена наиболее сильно. И она становится основой благоприятного личностного развития детей в дальнейшем.

#### Возрастные особенности детей 11-12 лет

В этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений. Развитие нервной и сердечнососудистой систем не всегда успевает за интенсивным ростом, что может при большой физической нагрузке приводить к обморокам и головокружению.

Повышается возбудимость нервной системы под влиянием усиленного функционирования желез внутренней секреции. В этом возрасте нередко появляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит, что побуждает их на ту или иную реакцию). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности - оно исходит из желания быть и считаться взрослым.

Эмоциональное состояние характеризуется силой чувств и трудностью в управлении ими, переживания носят устойчивый характер, они долго помнят обиду и несправедливость. Наблюдается взаимное отрицание полов, каждый живёт своим миром. Но затем это желание сменяется заинтересованностью, которая тщательно скрывается.

#### Возрастные особенности детей 13-14 лет

В физиологическом отношении это период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Дети готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встает проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Юности свойственно состояние влюбленности, жизнерадостности, уверенности в себе. Занятия по хореографии должны строиться с полной нагрузкой. Педагог может наиболее способным доверять проведение занятий в младших классах.

Педагог должен разбираться в особенностях каждого возраста. Умело, согласно возрастным особенностям распределять физическую нагрузку. А при формировании репертуара и составлении плана воспитательной работы просто невозможно обойтись без учета психологических особенностей каждого возрастного периода.

### **Сроки реализации программы**

Данная программа рассчитана на 3 года обучения (432 часа)

1 год обучения – 144 часа

2 год обучения – 144 часа

3 год обучения – 144 часа

### **Режим занятий**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа с перерывом на отдых 10 минут.

Набор учащихся в хореографическое объединение проводится по желанию учащихся и состоянию здоровья.

Хореографическое объединение состоит из 5 групп по 15 человек.

### **Этапы обучения**

Программа состоит из трех этапов

Первый этап обучения рассчитан на 1 год – стартовый курс освоение азов ритмики, азбуки классического танца, эстрадного танца, а так же современного танца.

Условно может совпадать с 1-4 классами общеобразовательной школы

Второй этап обучения – базовый курс предполагает работу с детьми 5-6 классы. Совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса, освоение репертуара историко-бытовых и массовых бальных танцев, знакомство с современными танцевальными направлениями. Продолжение начатой на первом этапе работы по развитию актерского мастерства и воспитанию способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Третий этап обучения – предполагает специализированные занятия для детей, проявивших определенные способности к танцу. Дети 7-8 классов. Педагог на этом этапе осуществляет разно-жанровые постановки.

Одним из необходимых элементов это актерская техника, является освобождение мышц, добиться которого можно при изучении основ джаз – танца и современной пластики.

Познакомив детей с элементами актерской техники, следует добиваться от них комплексного, сочетания этих элементов при исполнении этюдов.

Важным компонентом обучения на данном этапе является пополнение знаний основ музыкальной культуры, следует объяснить детям выразительные возможности музыки, познакомить с произведениями разных жанров и стилей.

Дети должны понять, что любой танец это и есть эмоциональное пластическое выражение музыки.

Продолжается более углубленное изучение классического экзерсиса.

Репертуар танцев подобран с учетом степени заинтересованности детей, полезности с точки зрения художественного и физического развития.

При проведении занятий используются следующие **методы**:

1. Словесный (лекции, беседы, объяснение)

2. Наглядный (просмотр видеозаписей, посещение концертов хореографических коллективов)

3. Практический (классический тренаж, упражнения современного танца, постановка танцевальных номеров их репетиция)

4. Инструктивно - репродуктивный

-наблюдение

-контроль и самоконтроль

-стимулирование и мотивация

- анализ

5. Эвристический: (творческие задания импровизационного характера, этюды, самостоятельные постановки).

### **Формы работы**

*Групповые*(классический тренаж, упражнения современного танца, постановки)

*Индивидуальные*(индивидуальные занятия с солистами)

Воспитательно-познавательное значение программы усиливается за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, совместных просмотров видеозаписей и посещение концертов хореографических коллективов.

### **Работа с родителями**

При освоении программы уделяется внимание работе с семьей, в связи с чем предусмотрены: знакомство с родителями, родительские собрания, индивидуальные беседы, участие родителей в мероприятиях учреждения, совместная организация и проведение мероприятий для детей.

#### **Методы контроля**

– устный контроль, самоконтроль и взаимоконтроль учащихся.

- контрольные опросы,

- тесты,

- задания по темам курса обучения.

Участие в городских, региональных, республиканских и всероссийских конкурсах и фестивалях представляет собой некую форму контроля, направленную на повышение уровня мотивации, активизацию познавательной и творческой активности обучающихся.

Учащиеся, прошедшие полное освоение программы и достигшие высоких результатов получают «Свидетельство о дополнительном образовании».

### **Прогнозируемые результаты**

**По окончании первого года обучения учащиеся должны**

#### **Знать:**

- правила и логику построений из одних рисунков в другие,

- логику поворота вправо и влево,

- соотнесение пространственных построений с музыкой,

- такт и затакт,

- навыки актерской выразительности,

- основные движения современного танца: «кач», «crab», «monastery»,

- правила постановки ног и положение рук, головы у станка.

#### **Уметь:**

- распознавать характер музыки,

- исполнять элементы современного танца- хип-хоп, дэнс- холл,

- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку,

- изображать в танцевальном шаге художественный образ,

- выражать образ в разном эмоциональном состоянии,

- выполнять упражнения у станка лицом к палке,

- принимать участие в концертах,

- видеть рисунок танца,

- устойчиво стоять на середине зала, держать голову и спину.

**По окончании второго года обучения учащиеся должны**

#### **Знать:**

- положение «стоя боком к станку»,

- правила постановки рук,

- особенности ритмов современных стилей хореографии,

- движения народных танцев,

- рисунок танца.

#### **Уметь:**

- выполнять упражнения на координацию движений,

- акцентировать шаг на первую долю такта,

- исполнять движение на мелодию с затактовым построением,

- исполнять все изученные элементы в более быстром темпе,

- выполнять простые и сложные элементы,

- выразительно исполнять движения.

**По окончании третьего года обучения учащиеся должны**

**Знать:**

- правила исполнения движений современного танца,
- подготовительное движение рук; · положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое,
- основные движения танцев современных стилей,
- станок народного танца,
- понятия и термины программных движений,
- правила исполнения движений,
- характер танца, особенности стиля исполнения,
- особенности влияния костюма и музыки на танцевальное искусство,
- творчество выдающихся балетмейстеров, исполнителей,
- терминологию классического, народно-сценического, современного танца, метроритмические раскладки исполнения движения.
- особенности и традиции изучаемых народностей.

**Уметь:**

- исполнять движение на мелодию с затактовым построением,
- исполнять не сложные народно-сценические танцы ,
- выполнять простые и сложные элементы,
- крутить вертушки в народном танце ,
- делать не сложные акробатические трюки,
- точно и правильно выполнять движение,
- передавать характер танца в движении,
- работать в ансамбле,
- сочинять хореографические композиции на определенном музыкальном материале, танцев народов мира,
- исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей грамотно и выразительно,
- соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы****Личностные результаты :**

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

**У учащихся формируются умения:**

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных мероприятиях;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни объединения, центра (музыкальные вечера, концерты).

**Метапредметные результаты :**

- способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в творческой жизни объединения, центра, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных задач.

**У учащихся формируются умения:**

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;

- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

### **Формирование универсальных учебных действий**

#### **Формирование личностных УУД.**

Содержание программы способствует личностному развитию учащихся, поскольку обеспечивает понимание искусство хореографии как средство общения между людьми. В нем раскрываются наиболее значимые для формирования личностных качеств ребенка «вечные темы» искусства: добро и зло, любовь и ненависть, жизнь и смерть, материнство, защита отечества и другие, запечатленные в художественных образах. На основе освоения учащимися танцевального искусства в сфере личностных действий будут сформированы эстетические и ценностно-смысловые ориентации учащихся, создающие основу для формирования позитивной самооценки, самоуважения, жизненного оптимизма, потребности в творческом самовыражении.

Виды заданий:

1. Высказывание своего отношения к музыкальному сопровождению танца с аргументацией.
2. Анализ характеров героев танца на основе личностного восприятия.

#### **Формирование регулятивных УУД.**

Задания и вопросы по хореографическому творчеству, ориентированные на формирование действий контроля и самоконтроля, оценки и самооценки процесса и результатов учебных действий, направленные на развитие регулятивных УУД.

Виды заданий:

1. Выполнять действия в качестве слушателя;
2. Выполнять действия в качестве правильного исполнения движений;
3. Выполнять действия в качестве помощника постановщика;
4. Ставить новые учебные задачи вместе с педагогом.

#### **Формирование познавательных УУД.**

В области развития общепознавательных действий, изучение хореографического творчества будет способствовать формированию замещения и моделирования.

Виды заданий:

1. Поиск и выделение необходимой информации;
2. Формулировать учебную задачу;
3. Ориентация в способах решения задачи.

#### **Формирование коммуникативных УУД.**

Виды заданий:

1. Подготовка танцевальной импровизации в паре, в коллективе;
2. Инсценирование на заданную тему;
3. Умение работать в паре, в коллективе;
4. Умение взаимодействовать при достижении единого результата.

### **Учебно-тематический план первого года обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы и темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Формы аттестации/ контроля</b>
1	Вводное занятие. Знакомство	2	2	-	Беседа
2	Портерная гимнастика	18	4	14	Наблюдение
3	Музыка и движение	8	2	6	Беседа , танцы-игры,
4	Танцевальные движения на середине зала	14	2	12	Наблюдение

5	Развитие памяти и координации	8	2	6	Танцы-игры, наблюдение
6	Изучение элементов народного и современного танца	24	2	22	Танцы-игры, наблюдение
7	Актерское мастерство	8	2	6	Танцы-игры, наблюдение
8	Постановка этюдов и танцев	56	2	54	Танцы-игры, наблюдение
9	Закрепление. Итоговое занятие	8	2	6	Наблюдение, опрос
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>18</b>	<b>126</b>	

### Содержание программы первого года обучения

№	Содержание разделов и тем
1	Вводное занятие.
2	Характер музыки.
3	Ритмические упражнения с музыкальными заданиями. Начало и окончание движения вместе с музыкой. Определение различных музыкальных отрывков.
4	Изучение I, II, III позиций ног условно. Повороты и наклоны головы.
5	Изучение поклона. Изучение хлопков в ладоши
6	Поднятие и опускание плеч. Изучение разминки
7	Наклон корпуса. Вращение кистей рук. Понятие о дистанции, интервалах. Изучение разминки. Лёгкий бег.
8	Танцевальные элементы: а) бег; б) прыжки по VI позиции; в) приставной шаг; г) приставной шаг с plie; д) вынос ноги на каблук в сторону; е) притоп; ж) подскоки на месте и в продвижении; д) галоп.
9	Изучение IV позиции ног. Поднимание ноги, согнутой в колене (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута)
10	Наклоны вперёд, вытянув руки Наклоны в сторону, на широкой растяжке Понятие о ведущей роли мальчиков в парном танце.
11	Работа над умением ориентироваться в пространстве: а) деление зала по точкам;

	<p>б) умение держать линию, колонну;  в) соблюдать интервалы, строить круг;  г) соблюдать интервалы во время движения;  д) знать своё место в зале.</p>
12	Танцевальный шаг вперёд, назад, на полупальцах. Лёгкий бег, шаг с подскоком
13	<p>Понятие о движении по ходу танца, и обратно.  Сочетание подъёма на полупальцы и с последующим приседанием по VI позиции ног  Раскрывание рук вперёд, в сторону из положения на поясе, в характере русского танца.</p>
14	<p>Изучение точек зала  Построения и перестроения  Построение в колонну по одному и по два, перестроение из колонны по одному</p>
15	<p>Прыжки по VI позиции ног на месте  Партерный тренаж. Положение сидя. Упражнения на сгибания ног</p>
16	<p>Par terre:  а) постановка спины (работа с палочками);  б) работа стоп;  в) упражнения на натянутость ног;  г) растяжка;  д) упражнения на гибкость;  е) профилактика сколиоза (упражнения на растягивание позвоночника).</p>
17	Сокращение и вытягивание стопы по I и по IV позиции ног. Упражнения для развития мышц брюшного пресса, спины. Удары стопой по III и IV позиции ног. Изучение тройного притопа
18	<p>Работа над постановкой корпуса:  Изучение позиций ног: VI, I, II.  Изучение положений рук: на поясе, варианты простых <i>port de bras</i> с вытянутыми руками.  Постановка спины:  а) упражнения на ассоциациях (“солдатик”, “столбик” и т.д.);  б) работа с предметами (палка, скакалка).  Упражнения на натянутость ног и постановку спины:  а) <i>vattmant tendu</i> вперёд по VI позиции;  б) ходьба с носочка на п/п, на пятках, шаг с высоким подъёмом ног с сокращением стопы в воздухе.</p>
19	Итоговое занятие.

### Учебно-тематический план второго года обучения

№ п/п	Разделы и темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	Вводное занятие	2		2	Беседа
2	Элементы классического танца	20	2	18	Танцы-игры, наблюдение
3	Актерская выразительность	10	2	8	Танцы-игры, наблюдение
4	Элементы народного танца	32	2	30	Наблюдение
5	Танцевальные постановки	38	4	34	Танцы-игры, наблюдение
6	Участие в конкурсах. Повторение	16	2	14	Концерт
7	Партерная гимнастика	12	2	10	Наблюдение
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>18</b>	<b>126</b>	

### Содержание программы второго года обучения

№	Содержание разделов и тем
1	Введение
2	Музыка и движения под музыку Строение музыкальной фраз. Повтор пройденного материала, ритмические упражнения с музыкальными движениями.
3	Классический танец
3.1	Позиции ног; постановка тела (корпуса, ног, рук, головы). В классическом танце 5 позиций ног. При изучении обязательны: подтянутый корпус, свободно раскрытые и опущенные плечи, предельная натянутость ног, ровное положение стопы на полу. Постановку корпуса вырабатывают лицом к палке, затем держась за палку одной рукой и на середине зала.
3.2	Позиции рук и их постановка. В постановке рук большое значение имеет правильная постановка отдельных частей рук: кистей, пальцев, локтя, плеча. Существует три основные позиции рук: 1-я – руки направлены вперед; 2-я – руки направлены в сторону; 3-я – руки направлены вверх. Существует подготовительное положение и исходное положение. Изучаем: сначала



	подготовительное положение, затем 1-я, 3-я, 2-я позиции рук, их переводы и опускание в исходное положение.
3.3	4. Полупозиции рук. Понятие опорной к работающей ноге. Понятие вытягивание пальцев ног. Полупозиции рук промежуточное от подготовительного положения, от 1-й, и 3-й позиции рук. Опорная нога - нога на которую приходится тяжесть тела. работающая - которая находится в движении. В экзерсисе вытягивание стопы нужно соблюдать ряд правил: все пальцы должны быть сгруппированы, все мышцы направлены к третьему пальцу, свод стопы выгнут и щиколотка ног напряжена.
3.4	Battement tendu. Battement - это отведение и приведение ноги в 3-х направлениях: вперед, в сторону и назад (характеризуется скользящим движением ноги), вырабатывает силу ног, правильное вытягивание всей ноги от колена до кончиков пальцев.
3.5	Постановка тела во II и III позициях у станка. Повороты головы. Позиции рук и их комбинации. Постановку тела изучаем лицом к станку держась двумя руками из I позиции во II и переход из II в III - по всем правилам. Повороты головы: прямо - профиль, подбородком вниз, наверх, вокруг, прямо - наклон ухом к одному плечу и затем к другому. Движение головы сопровождается взглядом.
3.6	Releve – подъем на полупальцы. При подъёме на полупальцы тяжесть тела должна распределяться на обе ноги и стопы с равномерным упором на 1-й, 2-й, 3-й пальцы. Releve можно использовать сразу с вытянутых ног или предварительным приседанием (plie).
3.7	Preparation. Подготовка, или открывание руки у станка, сначала без поворота головы затем с головой и взглядом.
3.8	Первое par de bras (на середине зала). В классическом танце прохождение различных par de bras очень важно, так как в par de bras хорошо развивается танцевальная координация. Усвоив позиции рук и epaulement переходим к изучению I par de bras.
3.9	Перегибание корпуса назад и в бок лицом к станку, держась за палку. Позиция ног I. Основное внимание уделить правильности прогиба корпуса назад – изгиб корпуса должен начинаться под лопатками, затем в талии.
3.10	Grand battement jete На 60° 90° из I позиции. Во время броска следить, чтобы опорная нога была вытянута, вытянута и неподвижна. Корпус спокоен. При броске назад следует удерживать неизбежный наклон корпуса. В подготовительной группе выбрасывать ноги выше 90° не рекомендуется.
4	Народный танец

4.1	<p>Основные понятия</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Позиции ног.</li> <li>- Позиции рук.</li> <li>- Положения ноги.</li> <li>- Положения рук.</li> <li>- Положения корпуса.</li> <li>- Положения головы.</li> <li>- Положения кисти.</li> <li>-Направления движения.</li> </ul>
4.2	<p>Танцевальные ходы</p> <p>Простой шаг.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Шаг на <math>\frac{1}{4}</math> такта.</li> <li>- Шаг на <math>\frac{1}{8}</math> такта.</li> <li>- Шаг на <math>\frac{1}{16}</math> такта.</li> <li>- татарский ход</li> </ul> <p>Переменный шаг</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основной вид.</li> <li>- С полуприседанием.</li> <li>- С ударом ребром каблука.</li> <li>- С ударом всей ступней (для мужского класса).</li> <li>- С подъёмом на полупальцы.</li> <li>- С каблука.</li> <li>- С приставкой ноги.</li> </ul> <p>Бег</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Основной вид.</li> <li>- С соскоком.</li> <li>- С подъёмом коленей.</li> <li>- С броском прямых ног.</li> <li>- Шаг с подскоком.</li> <li>- С подскоком и переступаниями.</li> </ul> <p>Боковые ходы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Припадание - основной вид.</li> <li>- С двойным ударом полупальцами.</li> <li>- Припадание – накрест.</li> <li>- Приставной ход.</li> <li>- Боковой ход с перескоком.</li> <li>- С каблука (для мужского класса).</li> <li>-С подъёмом на полупальцы.</li> <li>- На перескоках с ноги на ногу.</li> <li>- «Гармошка».</li> </ul> <p>«Верёвочка»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основной вид.</li> <li>- С ударом полупальцами.</li> <li>- С переступаниями на ребро каблука.</li> </ul>
4.3	<p>Маятникообразные движения по типу «моталочки»</p> <p>Моталочки продольные</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основной вид.</li> <li>- Накрест.</li> </ul> <p>Моталочки поперечные</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Основной вид.</li> <li>- Со скользящим ударом полупальцами.</li> </ul>

4.4	<p>Движения на прыжковой подмене опорной ноги</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Подбивка</li> <li>- Основной вид.</li> <li>- С переступанием.</li> <li>- «Подбивка-маятник».</li> </ul> <p>Отбивка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- С шагом.</li> <li>- С ударом.</li> </ul> <p>-Голубец</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Основной вид («низкий голубец»).</li> <li>- С шагом накрест.</li> </ul>
4.5	<p>Упражнения для рук, корпуса, головы</p> <p>Для рук</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Переводы рук из одного положения в другое.</li> <li>- Волнообразные движения руками.</li> <li>-Упражнения для кистей рук.</li> </ul> <p>Для корпуса</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Наклоны.</li> <li>- Перегибы.</li> <li>-Повороты.</li> <li>-Круговые движения корпусом.</li> </ul> <p>Для головы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Повороты.</li> <li>- Наклоны.</li> <li>- Круговые движения головой.</li> </ul>
5	Современный танец
5.1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знакомство с хореографией .Язык танца. Общение с помощью движений. Специфика жанра, основные направления в хореографии.</li> <li>2. Поклон Понятие и значение на уроке.</li> <li>3. Постановка корпуса Строение человека. Понятие правильно поставленного корпуса. Осанка.</li> <li>4. Положение головы, повороты, наклоны Определение правильного исполнения наклонов и поворотов головы.</li> <li>5. Положение рук Понятия правильного положения рук, координация движений рук и корпуса.</li> <li>6. Положение ног Основные позиции (первая невыворотная, вторая невыворотная, третья).</li> <li>7. Различные виды прыжков на месте. Простой трамплинный, разножка в сторону, разножка продольная, прыжок с поджатыми ногами.</li> <li>8. Игры на развитие эмоциональности, внимания, памяти, выразительности жеста:«Будь внимательным», «Слушай звуки»,«Запомни свое место», «В магазине зеркал»,</li> <li>9. Повороты, наклоны, перегибы корпуса. Понятие правильного положения спины, ног, рук при поворотах, наклонах, перегибах корпуса.</li> <li>10. Работа над силой и пластичностью рук</li> <li>11. Работа над силой и выворотностью ног упражнения; «Бабочка», «Лягушка». Силовые упражнения для ног.</li> <li>12. Растяжка и подвижность суставов Комплексы упражнений для различных групп мышц («коробочка», «корзинка», «мост», шпагат)</li> <li>13. Пскоки, прямой галоп, сценический бег. Понятие правильного исполнения</li> </ol>

	<p>упражнений по кругу и диагонали.</p> <p>14. Координация в пространстве. Построение, перестроение (круг, квадрат, прямоугольник, шеренга, колонна).</p> <p>15. Работа над устойчивостью. Апломб. Упражнения: «Цапелка»,</p> <p>16. Музыкально-ритмические этюды на развитие техники</p>
6	Партерная гимнастика
6.1	<p>Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела</p> <p>Расслабляющие упражнения для спины. Лежа на спине, ноги согнуты в коленях, подошвы ступней соединить. Удерживать растяжку 30 секунд. Лежа на спине, ноги согнуты в коленях, одна закинута на другую. Усилием верхней ноги толкать нижнюю: 20-30 сек.</p> <p>2. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава Руки выпрямлены и соединены над головой, наклоны вправо, влево. Руки согнуты, соединены за головой, разводить локти в стороны, удерживать 5-10 сек.</p> <p>3. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов .Перекат на спине, сцепив руками колени. Лежа на спине, дотронуться пальцами пол за головой</p> <p>4. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, спины. Лежа на животе, подъем с поворотом (вправо – влево) верхней части корпуса. «Часики»</p> <p>5. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Вертикальное скручивание позвоночника.</p> <p>6. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Сидя на полу согнуть колено вовнутрь, так чтобы голень была перпендикулярна выправленной ноге.</p> <p>7. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы. Сидя на полу, сокращать и натягивать мышцы стопы. Вращение стоп в различных направлениях. Сидя на коленях, приподнимая колено давить на стопу, удерживать по 5 сек.</p> <p>8. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага Упражнения у станка (лицом к палке). Наклоны к ноге опорной и той, которая на палке.</p> <p>9. Упражнения на исправление осанки. «Ласточка» «Колобок» «Кошечка» «Колечко» «Коробочка»</p> <p>10. Прыжки .Поджатые; Прыжок в группировку</p> <p>11. Растягивание по методу ПНС Теория – 1 час, практика – 2 часа. Все упражнения по технике: сокращение – расслабление – растягивание</p> <p>12. Элементы акробатики . Перекат на грудь.</p>
7	<p>Перестроение в колонку. Круговые сужения и расширения круга, «Улитка», «Змейка», «Звёздочка», «Ручеёк». Повороты на месте. Вращение в паре, тройке, четвёрке. Упражнения, развивающие координацию.</p> <p>Ход с поворотом.</p> <p>Работа в паре. Передача образа в танце. Передача движениям ритмического рисунка. Композиционная постановка. Построение и перестроение. Растягивание. Упражнения, развивающие мышечный корсет человека.</p>
8	Заключительное занятие.

### Учебно-тематический план третьего года обучения

№	Разделы и темы	Всего	Теория	Практика	Формы
---	----------------	-------	--------	----------	-------

п/п		часов			аттестаци и/ контроля
1	Вводное занятие	2	-	2	Беседа
2	Элементы классического танца	20	2	18	Танцы- игры, Наблюден ие
3	Элементы татарского лирического танца	4	2	2	Танцы- игры, Наблюден ие
4	Элементы народного танца	17	1	15	Танцы- игры, Наблюден ие
5	Элементы модерн и джаз танца	15	1	15	Танцы- игры, Наблюден ие
6	Танцевальные постановки	40	6	34	Танцы- игры, Наблюден ие
7	Участие в конкурсах. Повторение	26	2	24	Наблюден ие
8	Партерная гимнастика	14	2	12	Наблюден ие
9	Актерская выразительность	6	2	4	Танцы- игры, Наблюден ие
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>18</b>	<b>126</b>	

### Содержание программы

№	Содержание разделов и тем
1	Введение
2	Классический танец
2.1	Понятийно-терминологический аппарат классического танца. Понятия <i>arrondi</i> , <i>allongée</i> . Понятия <i>en dehors</i> et <i>en dedans</i> . Понятия <i>en face</i> , <i>épaulement</i> . Понятия

	épaulement croisé et effacé. Понятия опорной и работающей ноги и их функции. Понятия положения работающей ноги в положение sur le sou-de-pied. Понятия позиции ног и рук.
2.2	Методика постановки корпуса, ног, рук, головы у станка. Постановка опорно-двигательного аппарата исполнителя. Позвоночник и его функции в танце. Бедро и тазобедренный сустав. Голеностопный сустав. Строение и функции костей, мышц и связок голени и коленного сустава. Строение и функции костей, мышц и связок рук и плечевого сустава. Постановка корпуса. Позиции ног: I, II, V.
2.3	Методика постановки позиций ног, рук, головы на середине зала. Позиции рук: 1-я, 3-я - arrondi; 2-я - allongée; подготовительное положение. Движения для головы: повороты направо и налево, наклоны вперед и назад. Позиции рук: 2-я arrondi, 1-я, 3-я allongé. Port de bras. Изучение направлений в танце (8 точек зала) Port de bras 1-ая форма. Положения корпуса - en face, épaulement: croisé, efface.
2.4	Методика изучения движения ног в позиции. Demi-plié На I, II, V позициях. Relevé на полупальцы в I, II, V позициях. Grand plié на I, II и V позициях.
2.5	Методика изучения движений группы battements tendu. Battements tendu из I, V позиций в сторону (en coté), вперед (en avant), назад (en arriere). Passe par terre. Battements tendu pour le pied в I-й позиции (с опусканием пятки на 2-ю позицию). Relevé lent на 25° из I-й позиции в сторону, вперед и назад. Relevé lent на 90° в сторону. Battements tendu с demi-plié в I позиции в сторону, вперед, назад. Relevé lent на 90° назад. Battements tendu jeté из I-й и V-й позиций. Battements tendu jeté piqué с I и V позиций в сторону, вперед, назад. Grand battements tendu jeté с I позиции в сторону, назад, вперед.
2.6	Методика изучения движений группы ronds. Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
2.7	Танцевальные комбинации. Подскоки на месте и с продвижением. Подготовительные движения к pas польки. Поклон. Танцевальные шаги, перескоки (различные ритмические рисунки). Pas польки. Pas sougu. Все движения дети изучают лицом к палке, держась за нее обеими руками. Ряд движений сначала изучают в сторону, позднее - вперед и назад в пол и на воздух под углом 25°, 45°, 90°. Упражнения исполняются поочередно с правой и левой ноги.
2.8	Классические прыжки.
3	Народный танец
3.1	<u>Экзерсис у станка.</u> 1. Постановка корпуса, рук, ног, головы. 2. Позиции ног. 3. Подготовка к началу движения – preparation/ 4. Различные переводы ног из позиции в позицию: - скольжением стопы по полу; - с поворотом стоп. 5. Приседания и полные приседания по открытым и прямым позициям – плавные и

	<p>резкие.</p> <p>6. Упражнение на развитие стопы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с переводом стопы с носка на ребро каблука;</li> <li>- с п/приседанием на опорной ноге;</li> <li>- с п/приседанием в исходной позиции.</li> </ul> <p>7. Маленькие броски на 25, 30 градусов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с сокращением стопы;</li> <li>- с акцентом от себя.</li> </ul> <p>8. Подготовка к «веревочке».</p> <p>9. Подготовительное упражнение к flic-flac:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «крестом».</li> </ul> <p>10. Упражнение на выстукивание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с разворотом рабочей стопы;</li> <li>- с переносом рабочей стопы.</li> </ul> <p>11. Раскрывание ноги на 90 – без подъема на полупальцы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- плавное;</li> <li>- резкое.</li> </ul> <p>12. Большие броски:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с вытянутой и сокращенной стопой;</li> <li>- с приседанием на опорной ноге.</li> </ul> <p>13. Прыжки.</p> <p>14. Крутки.</p>
3.2	<p><u>Экзерсис на середине зала.</u></p> <p><u>Русский танец.</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Положение ног, рук, головы и корпуса.</li> <li>2. Поклон.</li> <li>3. Движения рук: раскрытие в сторону, переводы из стороны в сторону, скрещивание перед грудью, движения рук с платочком.</li> <li>4. Ходы и основные движения: простой шаг, переменный ход, виды танцевального бега, виды проходов, боковые ходы («припадание», «гармошка», «елочка»).</li> <li>5. Дроби: дробная дорожка, дробь с подскоком, дробь с подскоком и переступанием.</li> <li>6. «Веревочка»: простая, с переступанием.</li> <li>7. «Моталочка».</li> <li>8. «Молоточки».</li> <li>9. «Ковырялочка».</li> <li>10. Хлопки и удары: одинарные (фиксирующие и скользящие), двойные, тройные.</li> <li>11. Полуприсядки и присядки.</li> </ol>
3.3	<p><u>Башкирский танец.</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Положение корпуса, рук, ног, головы в женском танце.</li> <li>2. Положение корпуса, рук, ног, головы с мужском танце.</li> <li>3. Характерные движения рук в женском и мужском танце.</li> <li>4. Основные движения и ходы: основной ход, ход с подскоком, «башкирская дробь», дробь с продвижением, удары каблуками, ход с переступанием, ход с поворотом пятки, «веревочка», «качалка».</li> </ol>
3.4	<p><u>«Гопак»</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Положение корпуса, ног, рук, головы.</li> <li>2. Положение исполнителей в паре.</li> <li>3. Основные ходы и движения: «бигунец», «вихлястник», «угинание», «веревочка», «припадание», «дорожка – плетенка», «голубец».</li> <li>4. Движения мужского танца: присядка «ползунок», «метелочка», «мельница», «подсечка».</li> </ol>

3.5	<p><u>«Полька»</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основные положения корпуса, рук, ног, головы.</li> <li>2. Основные ходы и движения: полька простая и дробная, полька галопом, присюды, подскоки в повороте на одной ноге с вынесением ноги на каблук, с отбрасыванием ноги назад-в сторону, «вертушка».</li> </ol>
3.6	<p><u>Татарский танец.</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Положение рук в женском и мужском танце, в парном танце.</li> <li>2. Основные ходы: ход на каблук, боковой ход с разворотом стопы, ход с продвижением, пружинистый ход.</li> <li>3. Основные движения: «забывание гвоздей», «борма», «одинарное и двойное чальштыру», «люлька», «строчка».</li> <li>4. Дробные ходы и дробы: «мягкая дробь», «старинная дробь», «марийская дробь».</li> <li>5. Присядки: «оренбургская присядка», «мячик», присядка – разножка в воздухе.</li> </ol>
3.7	<p><u>Хантыйский танец.</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Положение корпуса, рук, ног, головы.</li> <li>2. Основные ходы и движения: шаг с приставкой в demi-plie, шаг с приставкой с подъемом на полупальцы, боковой ход с приседанием, с поворотом. Движение: «сбор ягод», «забрасывание в кузов», «уминание кожи», «разглаживание», «вышивка бисером», припадание, «мох», «олени».</li> </ol>
4	Современный танец
4.1	<p>1. <b>СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ, КАК ЖАНР ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА</b> История развития. Сотрудничество эстрадного танца с другими жанрами хореографии.</p> <p>2. <b>РАЗОГРЕВ.</b>  Виды разогрева: У станка – перегибы и наклоны торса, растяжки, demi-plie и grand plie по параллельным и выворотным позициям, Battement tendu и battement tendu jete, упражнения для разогрева стопы и голеностопа. На середине зала – спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжение и расслабление, упражнения, заимствованные из урока классического танца. В партере – упражнения для позвоночника, упражнения стрэтч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа.</p> <p>3. <b>УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОЗВОНОЧНИКА.</b>  Виды движений: Наклоны, перегибы торса, Спирали, «Волны».</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наклон торса вперед, в которых спина, голова и руки составляют одну прямую линию. При наклонах в сторону очень важно наклонять торс без изгиба в грудной клетке. При наклоне назад невозможно достичь угла наклона 90 градусов (как это происходит при наклоне вперед и в сторону), но необходимо стремиться наклониться как можно ниже, сохраняя прямое положение спины. При сгибании коленей и максимальном наклоне торса назад возможно, что плечи исполнителя практически касаются пола. Но даже при этом наклоне нельзя прогибаться. При всех наклонах ноги являются опорой, а угол между торсом и ногами составляет 90 градусов.</li> <li>2. Глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90 градусов. При этом наклоне спина, голова и руки находятся также на одной прямой линии, но торс наклоняется как можно ниже и если выполнять этот наклон по второй параллельной позиции ног, то голова и плечи исполнителя должны находиться практически между коленей.</li> <li>3. Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается. Руки могут находиться в третьей позиции, или же при наклоне правая рука в подготовительном положении, левая рука в третьей позиции.</li> <li>4. Спирали – это внутреннее движение, оно начинается в тазобедренном суставе, и косточки бедер поворачиваются, приводя в движение позвоночник. Чаще эти движения исполняются в положении «сидя». Положение ног при этом может быть различным. 5. «Волны» - если несколько</li> </ol>



	<p>частей тела последовательно включить в движение по принципу управления, один за другим, то получится как бы волна всего тела. Возможно, исполнить волну, перенося вес тела с одной ноги на другую по второй позиции. При такой волне через воображаемую вертикальную ось перемещается сначала колено, затем таз, грудная клетка, плечи, голова.</p> <p><b>4. ПРЫЖКИ</b>  Прыжки по VI, I, II, V позициям Разновидность прыжков: Поскоки на месте:  -с двух ног на две,  -с одной ноги на ту же ногу,  -с двух ног на одну; Прыжки с поджатыми ногами;  Прыжок в группировку;  Прыжки в продвижении;  Прыжки со сменой позиции;  Комбинированные прыжки с различными видами движений (шаги, повороты, полуповороты и т.д.) Характерной особенностью является исполнение прыжка с акцентом вверх, так и с акцентом вниз.</p> <p><b>5. КРОСС ПЕРЕДВИЖЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ.</b>  Виды движений: Шаги, вращения Наиболее распространенные виды шагов:  Flat step. И.П.- Ноги во 2 парал. поз., колени немного согнуты и направлены вперед. Торс немного наклонен вперед. Вся стопа во время шага полностью, плоско касается пола. «Верблюжья ходьба» При этом шаге колено "рабочей" ноги поднимается вверх, одновременно опорная нога сгибается. Акцент направлен вниз. В основном к этой группе относятся все канканирующие шаги, т.е. шаги с одновременным броском ноги вперед или в сторону. Правил исполнения подобных шагов не существует, их изучение зависит от фантазии хореографа и хореографического мастерства педагога. В эту же группу могут быть отнесены шаги, заимствованные из модных стилей бытовой хореографии, таких как , «вог», «диско» и т.д. При переходе из одного положения или позы в другое используются связующие шаги. Это может быть <i>chasse, pas de bouree, glissade, coupe, degage</i>. Техника их исполнения не изменяется, но возможно изменение направлений, например, <i>chasse</i> выполняется боком и естественно, изменяется координация, т.е. положения рук и головы. Шаги могут объединяться в комбинации, координироваться с другими центрами. Это наиболее импровизированная часть урока. Основная задача - усвоить манеру, стиль движения. Поэтому педагогу желательно использовать единую технику в одном уроке, например, предложить для изучения комбинацию, используя шаги . Вращения , как и прыжки, могут исполняться на месте и с передвижением в пространстве. Основные виды поворотов:  - на двух ногах,  - на одной ноге,  - повороты по кругу вокруг воображаемой оси, Повороты на двух ногах. Этот тип поворотов и вращений, как самый легкий, изучается первым. Повороты на одной ноге. Техника исполнения аналогична технике исполнения пируэтов и партерных туров классического танца. Возможно изменение положения "рабочей" ноги. Она может быть в положении <i>cou-de-pied</i>, "у колена", открыта в любом из направлений или на- ходится в положении <i>attitude</i>. Также возможны различные и варианты положения опорной ноги: на полупальцах, на всей стопе, на <i>demi-plie</i>.</p> <p><b>6. КОМБИНАЦИЯ ИЛИ ИМПРОВИЗАЦИЯ.</b> Составление комбинаций на специально подобранном музыкальном материале На начальном этапе обучения изучаются достаточно простые для усвоения комбинации в небольшом объеме. В последующем по мере совершенствования навыков обучающихся возрастают их возможности и соответственно изучаются более сложные и объемные комбинации. Виды комбинаций:  Музыкально-ритмическая комбинация;  Комбинация на координации.</p>
4.2	<p><b>ИЗОЛЯЦИЯ</b></p> <p>1. Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, <i>sundari</i>. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.</p>

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Плечи: прямые направления, крест, квадрат, круги и полукруги, «восьмерка», твист, шейк.</li> <li>3. Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать крест и квадрат с разных точек.</li> <li>4. Пелвис (тазобедренный отдел): крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка», shimmi, jelly roll.</li> <li>5. Руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.</li> <li>6. Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.</li> <li>7. Координирование нескольких центров через импульсный принцип.</li> </ol>
4.3	<p><b>УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОЗВОНОЧНИКА</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Flat back вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.</li> <li>2. Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll («волна» - передняя, задняя, боковая).</li> <li>3. Swing, swing flat back, swing body roll.</li> <li>4. Deep contraction, curve.</li> </ol>
4.4	<p><b>УРОВНИ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа».</li> <li>2. Упражнения стрэтч-характера в различных положениях.</li> <li>3. Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.</li> <li>4. Упражнения на contraction и release в положении «сидя».</li> <li>5. Твист и спирали торса в положении «сидя».</li> <li>6. Движения изолированных центров.</li> </ol>
4.5	<p><b>ПЕРЕДВИЖЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Шаги по квадрату, подключая изолированные центры.</li> <li>2. Трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.</li> <li>3. Вращение en dehors с рабочей ногой на sou-de-pied и passé.</li> <li>4. Триплеты с продвижением вперед, назад и по кругу.</li> <li>5. Прыжки: hop, jump, leap.</li> <li>6. Комбинации прыжков, соединенные с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге).</li> </ol>
4.6	<p>Акробатические упражнения: мостики, шпагаты, прыжки и простейшие упражнения в упорах, акробатические упражнения (перекаты, кувырки), элементарные упражнения художественной гимнастики (движения ногами и туловищем у опоры, танцевальные движения), гимнастические упражнения (повороты, наклоны, вращения, бег, прыжки, движения стоя, сидя, лёжа, танцевальные элементы), гармонично организованный эмоционально-ритмичной музыкой.</p>
5	<p>Партерная гимнастика</p>
5.1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела. Лежа на спине. Подтянуть колени к груди. Обхватить руками голень. Медленно разводить колени. Удерживать растяжку 10-20 сек.</li> <li>2. Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава. Наклонить голову к левому плечу и одновременно потяните за спиной правую руку вниз и влево. Удерживать 10-15 сек.</li> <li>3. Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов «Поза спокойствия». Лежа на полу. Положите ладони на колени пальцами к ступням. Медленно выпрямите руки.</li> <li>4. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса, спины. Лежа на спине, колени согнуты</li> </ol>

	<p>достать локтем противоположное колено. Лежа на животе, поднять верхнюю часть туловища .</p> <p>5. Упражнения на улучшение гибкости позвоночника . Мост из положения стоя на локти.</p> <p>6. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра. Махи ногой во все стороны (перед собой, в сторону, сзади).</p> <p>7. Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы. Сесть так, чтобы пятка оказалась рядом с внешней стороной правого бедра. Левая нога согнута, подошва ступни располагается рядом с внутренней стороной бедра правой ноги: 20 сек.</p> <p>8. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага . Равновесие с подъемом на полупальцы (без опоры)</p> <p>9. Упражнения на исправление осанки. Ходьба по прямой с удержанием тяжести на голове (мешочек с песком)</p> <p>10. Прыжки. Прыжок с поджатыми ногами.</p> <p>11. Растягивание. Все упражнения по технике: сокращение - расслабление - растягивание</p> <p>12. Элементы акробатики. Перекат через плечо на грудь.</p>
6	Итоговое занятие

### **Планируемые результаты освоения программы.**

Главным результатом программы является сплоченный детский коллектив с устойчивым интересом к выбранному виду деятельности. Пройдя все этапы образовательного процесса в коллективе учащиеся приобретут следующие знания, умения и навыки:

- навыки музыкально-ритмической деятельности, правильного и выразительного движения;
- эмоциональную выразительность;
- усвоение основ классического, народно-сценического, современного детского танцев, освоение хореографической терминологии;
- использование приобретенного творческого потенциала в процессе занятий и постановочной работе;
- понимание межличностных отношений в ходе общих дел;
- научатся аккуратности и дисциплинированности.

На основе данной программы формируется базовая культура личности ребенка, включающая в себя потребность в здоровом образе жизни и укреплении его, воспитание потребностей к труду, как к первой жизненной необходимости и способу достижения жизненного успеха, формирование целеустремленности, воспитание свободной личности, развитие духовных потребностей к самопознанию.

### **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

#### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Успешность хореографического обучения зависит от правильности организации образовательного процесса. Занятия должны проходить в большом, хорошо освещенном и проветриваемом зале. Обязательное требование зала – установленные станки и зеркала, хорошее покрытие пола, магнитофон. У педагога должны быть тематические и методические папки, аудиотека.

На занятия учащиеся должны приходить в специальной форме, это их дисциплинирует. Девочки надевают чёрный купальник, черные лосины, белые носки, мальчики – черные шорты и белая футболка. Обувь - черные танцевальные балетки как для мальчиков, так и для девочек.

Педагог должен иметь раздаточный материал. Также в хореографическом зале должна быть своя фонотека и видеотека. Для выступлений необходимо иметь костюмы и танцевальную обувь, а также реквизит.

Особое внимание уделяется репертуару, его соответствию возрасту учащихся. Хореографические постановки должны нести в себе сюжет детской интерпретации, ни в коем случае не копировать постановки взрослых танцевальных коллективов.

#### **Организационное обеспечение.**

**Методическое обеспечение программы.**

<b>Наименование темы</b>	<b>Форма организации учебно-воспитательного процесса</b>	<b>Форма организации деятельности учащихся</b>	<b>Дидактический комплекс</b>
<b><i>1 год обучения</i></b>			
Вводное занятие.	Беседа	объяснение	Иллюстрации, фотографии
Характер музыки. Изучение статических танцев.	Занятие	Групповое	Иллюстрации, фотографии
Актерская выразительность	Занятие	В парах	Книги по актерскому мастерству ,игры для мимики лица DVD-диски с материалами для занятия
Элементы народного экзерсиса на середине зала	Занятие	Групповое	Книги по народному танцу с иллюстрациями
Элементы модерн танца	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия
Танцевальные постановки	Анализ музыкального произведения	Групповое	Музыкальные отрывки, CD-диски с музыкальным материалом
Участие в конкурсах. Повторение	Занятие	Групповое	Фотографии
Партерная гимнастика	Занятие	Групповое	Иллюстрации, фотографии
<b><i>2 год обучения</i></b>			
Вводное занятие	Беседа	Групповое	CD-диски с музыкальным материалом
Элементы классического танца	Занятие	Индивидуальное	Книги по классическому танцу с иллюстрациями <b>Приложение№3</b>
Актерская выразительность	Занятие	Групповое	Книги по актерскому мастерству ,игры для мимики лица DVD-диски с материалами для занятия
Элементы народного экзерсиса на середине зала	Занятие	Индивидуальное	Книги по народному танцу с иллюстрациями
Танцевальные постановки	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия
Участие в конкурсах. Повторение	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия
Партерная гимнастика	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия
<b><i>3год обучения</i></b>			
Вводное занятие	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия

Элементы классического танца	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия <b>Приложение№1</b>
Элементы татарского лирического танца	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия <b>Приложение№5</b>
Элементы народного экзерсиса на середине зала	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия <b>Приложение№4</b>
Элементы модерн и джаз танца	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия
Танцевальные постановки	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия <b>Приложение№5</b>
Участие в конкурсах. Повторение	Занятие	Групповое	CD-диски с материалами для занятия
Партерная гимнастика	Занятие	По парам	Книги по художественной гимнастики с иллюстрациями
Актерская выразительность	Занятие	По парам	Книги по актерскому мастерству ,игры для мимики лица DVD-диски с материалами для занятия

#### Форма аттестации/ контроля

Результаты контроля учебной деятельности служат основанием для внесения корректив в содержание и организацию процесса обучения, а также для поощрения успешной работы учащихся, развития их творческих способностей, самостоятельности и инициативы в овладении знаниями, умениями, навыками.

Текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий.

Промежуточный – школьные, городские праздники, конкурсы.

Итоговый – открытые занятия, выступления, концерты.

Конечным результатом занятий за год, позволяющим контролировать развитие способностей каждого ребенка, является концерт.

#### Мониторинг образовательных результатов программы:

Задачи	Критерий	Показатели	Методы
<i>Задачи обучения</i>			
Обучать теоретическим основам хореографии	Уровень соответствия теоретических знаний обучающегося программным требованиям	-(Н) низкий уровень (знает не все термины); -(С) средний уровень (знает все термины, но не применяет); -(В)высокий уровень (знание терминов и умение их применять)	Тестирование ( <b>Приложение №6</b> ), контрольный опрос
Формирование и	Уровень соответствия	-(Н) низкий уровень	Наблюдение,

навыки исполнительства с элементами свободной пластики в образной форме с опорой на содержательный и выразительный музыкальный материал.	практических умений и навыков программным требованиям	(знает не все термины); -(С) средний уровень (знает все термины, но не применяет); -(В)высокий уровень (знание терминов и умение их применять)	индивидуальное собеседование
<i>Задачи развития</i>			
Развивать музыкальные, артистические, художественно-творческие способности, природные физические данные, формирование стойкого интереса к хореографическому искусству.	Уровень развития музыкальных, артистических, художественно-творческих способностей, природных физических данных, стойкого интереса к хореографическому искусству.	-(Н) низкий уровень (знает не все термины); -(С) средний уровень (знает все термины, но не применяет); -(В)высокий уровень (знание терминов и умение их применять)	Беседа, личная карточка учащегося <b>(Приложение №4)</b>
<i>Задачи воспитания</i>			
Формировать личностные коммуникативные качества	Уровень развития личностных качеств	-(Н) низкий уровень (знает не все термины); -(С) средний уровень (знает все термины, но не применяет); -(В)высокий уровень (знание терминов и умение их применять)	Игра, индивидуальное собеседование, наблюдение

## Список информационных ресурсов

### Нормативные документы

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
4. Конституция Республики Татарстан;
5. Закон Республики Татарстан от 22 июля 2013 года № 68-ЗРТ «Об образовании»;
6. Постановление кабинета Министров Республики Татарстан от 17.06.2015г. № 443 «Стратегия развития воспитания обучающихся в Республике Татарстан на 2015-2025годы.

7.

### **Список литературы:**

1. Александрова Н.А., Голубева В.А., «Танец Модерн. Пособие для начинающих», изд. «Лань», 2011
2. Базарова Н.П., Мей В.П., «Азбука классического танца», изд. «Лань», 2006.
3. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Мастерство хореографа.- Орел: ОГИИК, 2004
4. Вашкевич Н.Н. «История хореографии всех веков и народов», изд. «Лань», 2009
5. Давайте танцевать! – М.: Молодая гвардия, 2004
- 6.«Я, Майя Плисецкая», изд. «Олма Медиа Групп», 2015
- 7.Мудрик А.В. «Социальная педагогика», Образовательно-издательский центр «Академия», 2013.
8. Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 29.03.2016г.
- 9.Александрова Н.А., Голубева В.А., «Танец Модерн. Пособие для начинающих», изд. «Лань», 2011.
- 10.Базарова Н.П., Мей В.П., «Азбука классического танца», изд. «Лань», 2006.
- 11.Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов И.Н., «Педагогика», изд. Центр «Академия», 2013
- 12.Фоменко И.М. Основы народно-сценического танца.- Орел: ОГИИК, 2002

### **Список литературы для учащихся и родителей**

1. Бежар Морис. Мгновение в жизни другого (мемуары). М.: «Балет», 2007.
2. Блэйер Фредерика. «Айседора. Портрет женщины и актрисы». Смоленск: «Русич», 2011.
3. Балет. Журнал. М.: Министерство печати и информации, 2011- и т.д
4. Д. Бураков. Фанки-джаз– Новосибирск, 2005г.(D.V.D.)
5. Е.А. Пинаева. Классический танец. – Москва, 2006г
6. М.Яцевич. Бродвей-джаз – Новосибирск 2005, 2007 г (D.V.D.).
7. О.Вернигора. Джаз-танец 11-14 лет – Новосибирск 2007 г.(D.V.D.)
8. «Пяти Па». Журнал о балете для учащихся. М.: «Студия «Антре», 2002-2005
9. Современные и эстрадные танцы. Журнал. Фонд «Здоровье. Культура. Спорт»: 2002- 2003.
10. Студия «Антре». Журнал о балете для учащихся. М.: «Студия «Антре», 2003-2012
- Ю. Шестакова. Современный танец для учащихся. – Новосибирск, 2004г.(D.V.D.)
11. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М.: Искусство, 2010.

### **Электронные ресурсы**

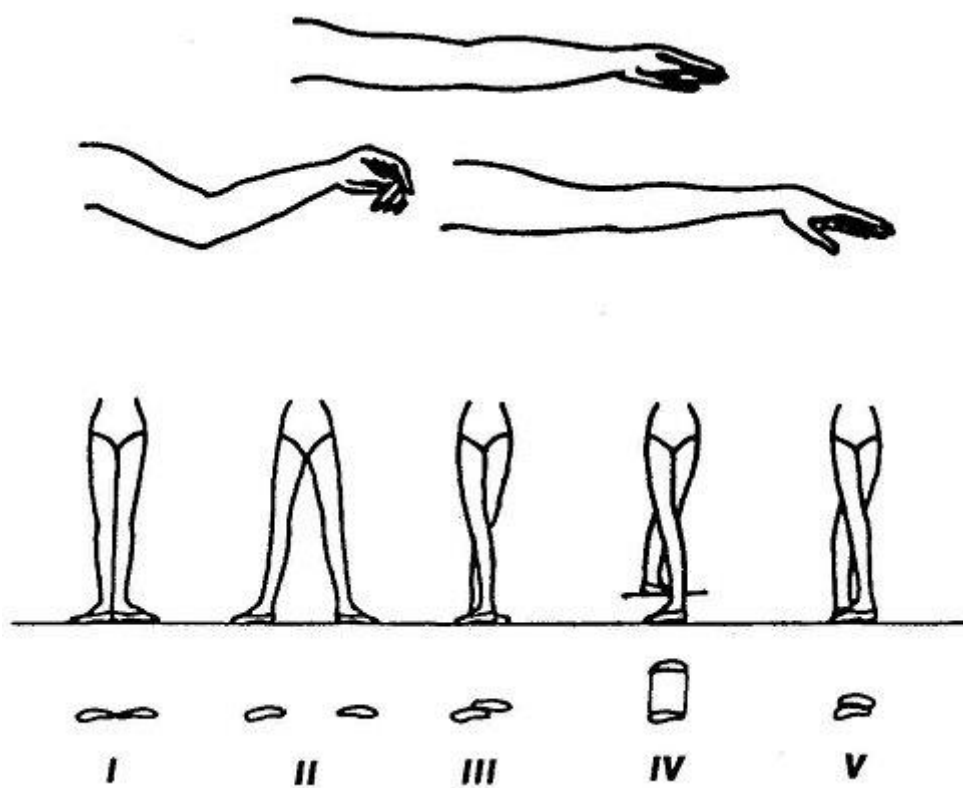
- 1.[Каталог образовательных интернет-ресурсов: edu.ru»modules.php](http://edu.ru/modules.php)
- 2.Музыкальный класс/ он-лайн музыкальная школа: music-education.ru
- 3.Тест : <https://infourok.ru/test-po-horeografii-dlya-detey-let-449971.html>
- 4.Хореография для всех: horeografiya.com

### **Видеокурсы:**

1. Комплект «Методика детского танца» Анна Уфимцева
2. Комплект «Растяжка с улыбкой» Екатерина Гурвич
- 3.Ю. Шестакова. Современный танец для учащихся. – Новосибирск, 2004г.(D.V.D.)
- 4.Д. Бураков. Фанки-джаз– Новосибирск, 2005г.(D.V.D.)
- 5.Е.А. Пинаева. Классический танец. – Москва, 2006г.
- 6.М.Яцевич. Бродвей-джаз – Новосибирск 2005, 2007 г (D.V.D.).
- 7.А. Озерская. Джаз-модерн – Новосибирск 2008 г.(D.V.D.)
- 8.О.Вернигора. Джаз-танец – Новосибирск 2007 г.(D.V.D.)

Приложение №1

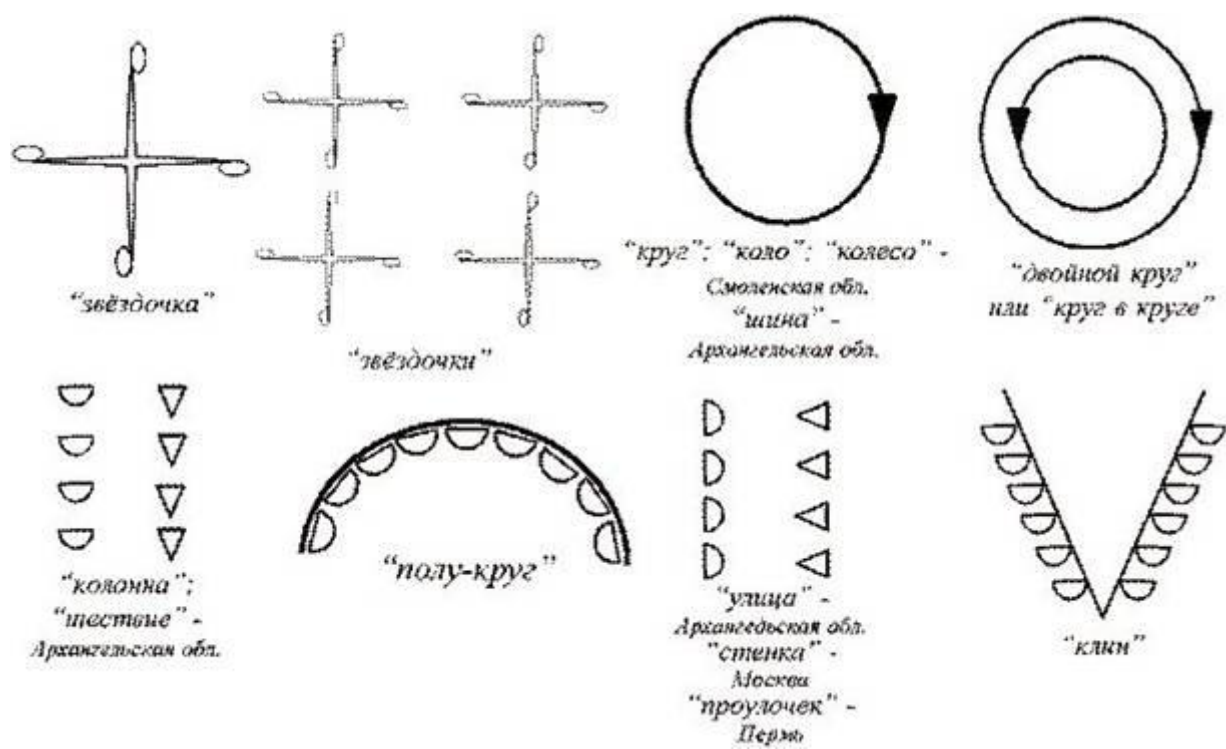
Положение рук в экзерсисе



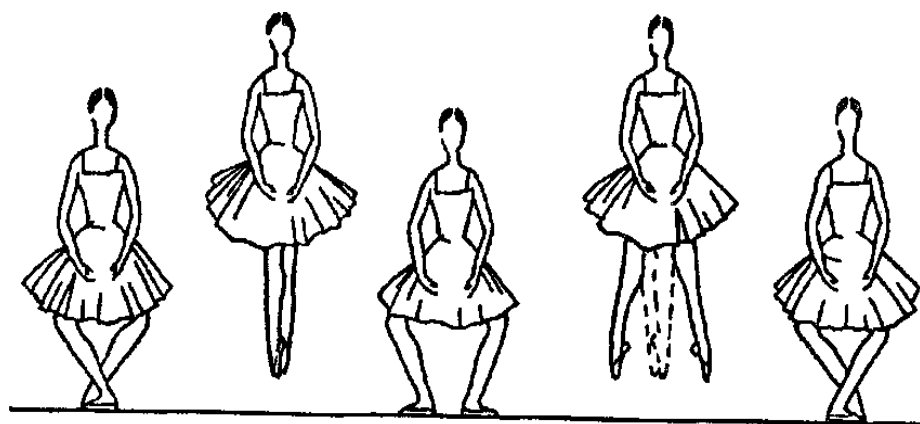
Позиции ног в классическом танце

Приложение №2

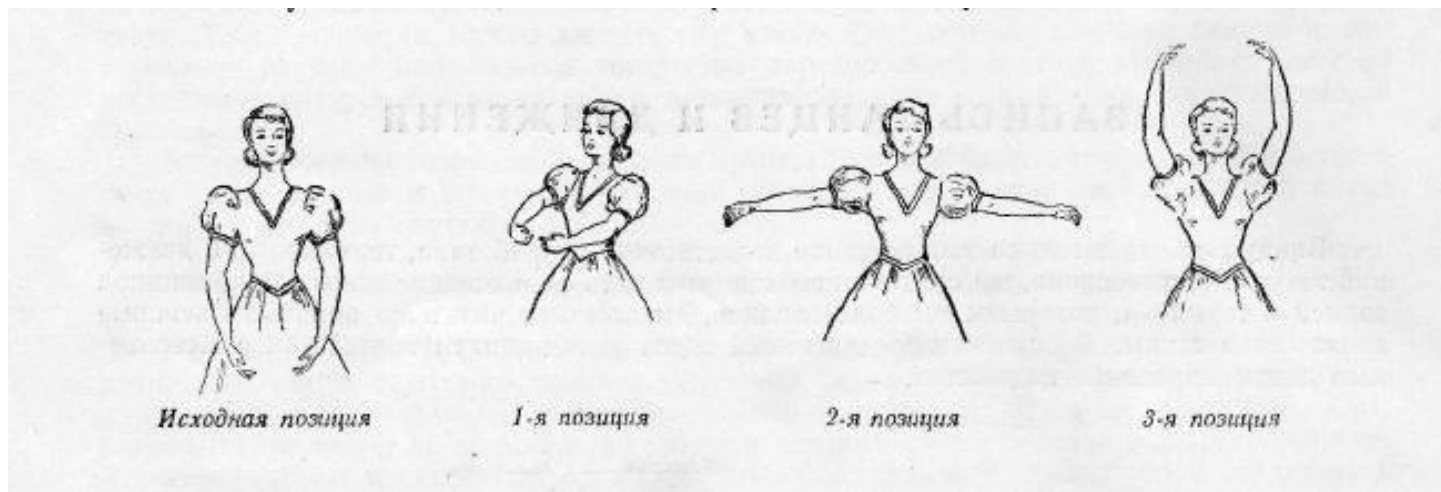




Приложение №3



Прыжок Scharpe



**Позиции рук в классическом танце**

**Приложение №4**

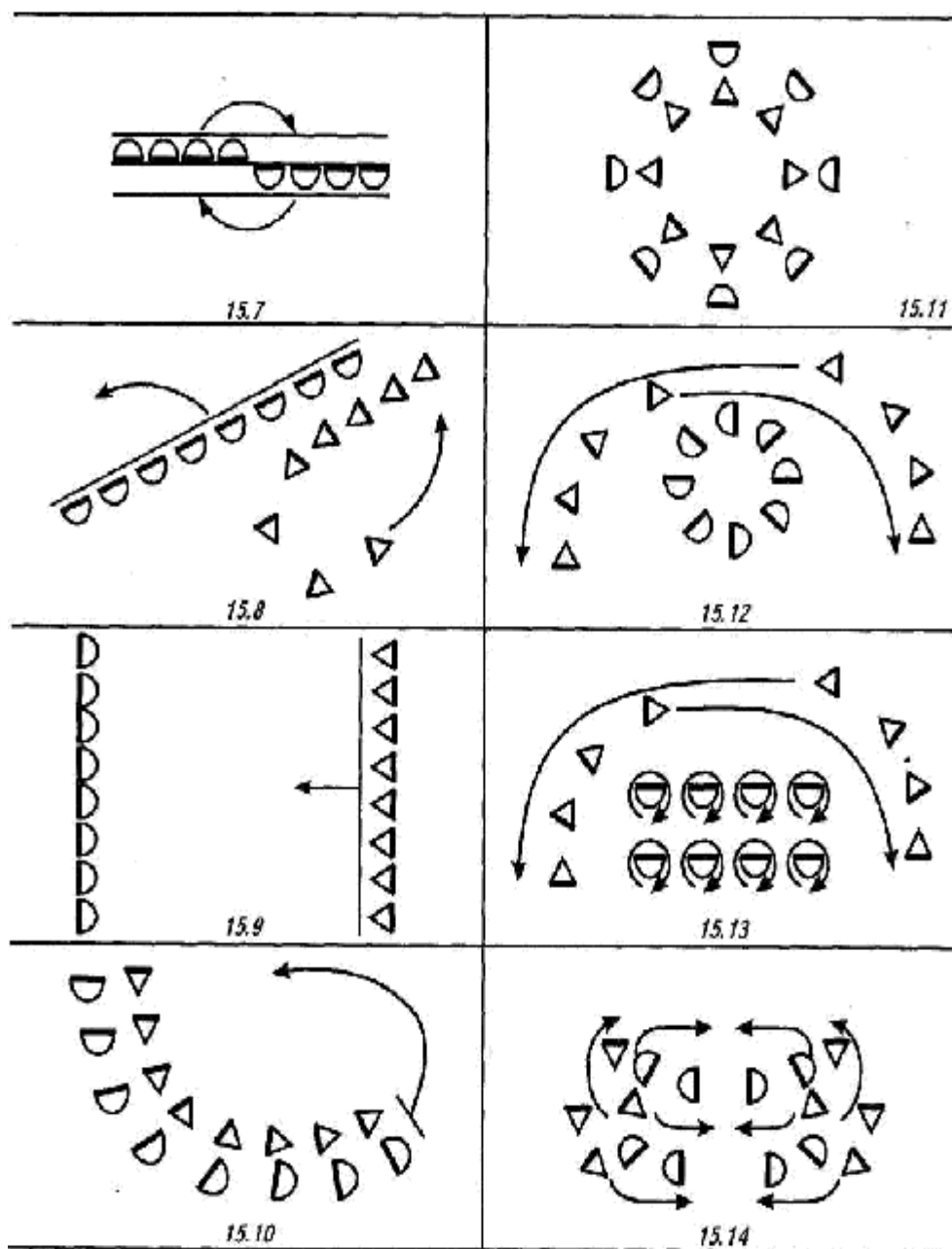


**Положение рук в украинском танце**



### Положение рук в русском танце

### Приложение №5



Приложение №6

Тест по хореографии:

1. **Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам:**
  - а) станок;
  - б) палка;
  - в) обруч.
  
2. **Обувь балерины?**
  - а) балетки;
  - б) джазовки;
  - в) пуанты.
  
3. **Как с французского языка переводится слово *demi plie*?**
  - а) полуприседание;
  - б) приседание;
  - в) полное приседание.
  
4. **Международный день танца?**
  - а) 30 декабря;
  - б) 29 апреля;
  - в) 28 мая.
  
5. **Автор балета «Лебединое озеро»:**
  - а) Чайковский П.И.;
  - б) Петипа М. И.;
  - в) Прокофьев С..
  
6. **Сколько точек направления в танцевальном классе?**
  - а) 7;
  - б) 6;
  - в) 8.
  
7. **Назовите богиню танца:**
  - а) Майя Плисецкая;
  - б) Айседора Дункан;
  - в) Терпсихора.
  
8. **Краковяк:**
  - а) польский народный танец;
  - б) украинский народный танец;
  - в) белорусский народный танец.
  
9. **Направление движения или поворота к себе, во внутрь:**
  - а) en dehors;
  - б) en dedans;
  - в) rond.
  
10. **Что означает en face?**
  - а) спиной к зрителям;
  - б) лицом к зрителям;
  - в) боком к зрителям.

**11. Первая позиция ног:**

- а) пятки сомкнуты вместе, носочки разведены и направлены в разные стороны;
- б) стопы расположены на расстоянии одной стопы друг от друга, пяточки направлены друг к другу, носочки разведены разные стороны;
- в) стопы вместе.

**12. Как называется балетная юбка?**

- а) пачка;
- б) зонтик;
- в) карандаш.

**13. Подготовительное движение для исполнения упражнений:**

- а) реверанс;
- б) поклон;
- в) preparation.

**14. Что такое партерная гимнастика?**

- а) гимнастика на полу;
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице.

**15. Сколько позиций рук в классическом танце?**

- а) 2;
- б) 4;
- в) 3.

**Ответы на вопросы:**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
а	в	а	б	а	в	в	а	б	б	а	а	в	а	б

**Приложение №7**

**1.Идеальный педагог:**

- а) учитель, ведущий процесс на образцовом уровне;
- б) абстрактный образ, позволяющий лучше понять цель подготовки учителя;
- в) учитель, исповедующий определенные научные идеи;
- г) учитель, стремящийся к образцовому порядку в классе.

**2.Структурный компонент педагогической деятельности, выражающийся в умении преподавателя отбирать наиболее удачные варианты в построении учебного занятия, моделировать будущую профессиональную деятельность школьников:**

- а) организаторская деятельность;
- б) конструктивная;
- в) коммуникативная;
- г) познавательная.

**3.Главная задача развития младшего школьника:**

- а) постижение окружающего мира, природы, человеческих отношений;
- б) нестандартность поведения;
- в) социализация личности;
- г) физическое развитие ребенка.

**4.Функция процесса обучения:**

- а) стимулирующая;
- б) формирующая;
- в) развивающая;
- г) организующая.

**5.Дидактическая функция учебника:**

- а) мотивационная;
- б) альтернативная;
- в) материализованная;
- г) практическая.

**6.Автор знаменитого высказывания «Ученик – это не сосуд, который нужно наполнить, а факел, который нужно зажечь»:**

- а) Ж. Ж. Руссо;
- б) Я. А. Коменский;
- в) К. Д. Ушинский;
- г) Б. Паскаль.

**7.Для проблемного обучения характерно:**

- а) учебный материал изучается поэлементно в логической последовательности;
- б) обучение направлено на самостоятельный поиск обучаемым новых понятий и способов действий;
- в) позволяет в сжатые сроки в концентрированном виде вооружить учащихся знаниями основ наук;
- г) формирует умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия.

**8.Личностный результат освоения основной образовательной программы начального общего образования:**

- а) формирование основ российской гражданской идентичности;
- б) овладение способностью принимать и сохранять цель и задачи учебной деятельности;
- в) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;
- г) приобретение первоначальных представлений о компьютерной грамотности.

**9.Целевой ориентир выражен словами из басни С. Михалкова: «Лев в рот не брал хмельного, но обожал подхалимаж...» Определите аргумент:**

- а) аргумент к авторитету;
- б) аргумент к аудитории;
- в) аргумент к жалости;
- г) аргумент к тщеславию.

**10.Регулятивное универсальное учебное действие:**

- а) нравственно – этическая ориентация;
- б) планирование учебного сотрудничества;
- в) прогнозирование;
- г) поиск и выделение необходимой информации.

**11.Государственный образовательный стандарт устанавливает:**

- а) максимум наполнения содержания образовательных программ;
- б) обязательный минимум содержания образовательных программ;
- в) средний уровень ЗУН, которыми должны овладеть обучаемые;
- г) минимальный объем учебной нагрузки.

**12.Метапредметный результат освоения основами образовательной программы начального общего образования:**

- а) осознание значимости чтения для личного развития;
- б) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- в) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- г) возможность передачи значительного объема знаний за минимально короткое время.

**13.Дифференцированное обучение:**

- а) технология разноуровневого обучения;
- б) технология сотрудничества;
- в) технология деятельностного подхода;
- г) технология концентрированного обучения.

**14.Педагогическая технология:**

- а) высокий уровень освоения педагогической деятельности;
- б) строго научное проектирование и точное воспроизведение гарантирующих успех педагогических действий;
- в) использование комплекса методов и приемов обучения безотносительно к деятелю, их осуществляющему;
- г) упорядоченный способ взаимосвязанной деятельности учителя и учащихся, направленный на решение задач образования, развития, воспитания.

**15.Познавательное универсальное учебное действие:**

- а) разрешение конфликтов;
- б) саморегуляция;
- в) структурирование знаний;
- г) нравственно – этическая ориентация.

**Ответы на вопросы:**



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
б	а	в	в	а	г	б	а	а	г	г	в	г	б	б

## Приложение №7

Тесты по психологии .

### 1. Психика – это предмет изучения:

- а) гуманистической
- б) западной
- в) донаучной
- г) отечественной

психологии;  
психологии;  
психологии;  
психологии.

### 2. Создателем первой психологической системы, изложенной в трактате «О душе», является:

- а) Аристотель;
- б) Платон;
- в) Спиноза;
- г) Декарт.

### 3. Объектом изучения психологии выступает:

- а) деятельность;
- б) сознание;
- в) психика;
- г) поступки

людей.

### 4. Метод психологии, характеризующийся активным вмешательством в ситуацию со стороны исследователя, – это

- а) тестирование;
- б) социометрия;
- в) эксперимент;
- г) самонаблюдение.

### 5. Отрасль психологии, изучающая закономерности этапов психического развития и формирования личности на протяжении онтогенеза человека, – это

- а) генетическая
- б) возрастная
- в) дифференциальная
- г) сравнительная

психология;  
психология;  
психология;  
психология.

### 6. Направление в психологии, отрицающее сознание и сводящее психику к различным формам поведения, называется :

- а) бихевиоризм;
- б) психоанализ;
- в) гештальтпсихология;
- г) когнитивная психология.

**7. Мыслительная операция, связанная с мысленным объединением предметов и явлений по их общим и существенным признакам:**

- а) анализ
- б) синтез
- в) сравнение
- г) обобщение

**8. Понятие самооценки используется для обозначения:**

- а) позиции личности в конфликтной ситуации;
- б) оценки личностью своих возможностей, качеств;
- в) психического состояния, возникающего в ситуации достижения цели;
- г) оценки человеком своих возможностей в напряженной ситуации.

**9. Индивидуальность личности – это**

- а) свойство личности, не укладывающееся в ту или иную объяснительную схему;
- б) своеобразие психологических свойств человека;
- в) психическое свойство человека, определяющее его личный неповторимый тип поведения;
- г) яркая неповторимая личность, наделенная высокой самооценкой.

**10. Человека как личность характеризуют следующие свойства:**

- а) пол, возраст;
- б) ценностные ориентации, статус, роль;
- в) темперамент;
- г) творчество, сознание.

**11. Потребности обнаруживаются в ..., побуждающих к деятельности**

- а) мотивах;
- б) склонностях;
- в) ответах;
- г) вопросах.

**12. Способ выполнения действий называется :**

- а) деятельностью;
- б) операцией;
- в) квазидействием;
- г) поддействием.

**13. Основной источник активности индивида, внутреннее состояние нужды, выражающее его зависимость от условий существования, – это**

- а) цель;
- б) стимул;
- в) потребность;
- г) интерес.

**14. Побудитель к деятельности, связанный с удовлетворением определённой потребности, - это**

- а) задача;
- б) мотив;

- в)установка;
- г)образ действий.

**15.К поведению как виду активности относится**

- а)наличие цели;
- б)наличие сознательного контроля;
- в)разделение субъекта и объекта;
- г)формы взаимодействия животных с окружающей средой.

**Ответы на вопросы:**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
г	а	в	в	б	а	в	б	б	б	а	б	в	б	б