

**Управление образования Исполнительного комитета
муниципального образования города Казани
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества»
Вахитовского района г. Казани**

Принята на заседании
педагогического совета
от «27» января 2025 г.

Протокол № 3



УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБУДО

«Центр детского творчества»

Вахитовского

района

г. Казани

Л.Р. Мифтахова

Приказ № 90 от 27.01 2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
студии эстрадного танца «Дежавю»
Возраст учащихся – 8-13 лет
Срок реализации – 3 года**

Автор-составитель:

Каримова Кристина Руслановна

педагог дополнительного образования

г. Казань, 2025

Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	МБУДО «Центр детского творчества» Вахитовского района г. Казани
2	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа студии эстрадного танца «Дежавю»
3	Направленность программы	Художественная
4	Сведения о разработчиках	
4.1	Ф.И.О., должность	Каримова Кристина Руслановна, педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе	
5.1	Срок реализации	3 года
5.2	Возраст учащихся	8-13 лет
5.3	Характеристика программы: Тип программы Вид программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
5.4	Цель программы	Цель: формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально- ритмических и танцевальных движений, развитие исполнительских способностей детей.
6	Формы и методы образовательной деятельности	<i>Форма обучения:</i> очная <i>Формы организации занятий:</i> групповые занятия, индивидуальная работа (в рамках групповых занятий) <i>Методы:</i> словесные, наглядные, практические
7	Формы мониторинга результативности	Вводная диагностика, полугодовая и годовая аттестация, аттестация по итогам освоения программы, творческая работа, конкурсы, открытые занятия
8	Результативность реализации программы	Лауреаты международных и всероссийских конкурсов, участники республиканский мероприятий и городских
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	27.01.2025
10	Рецензент	-

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Учебный (тематический) план
3. Содержание программы
4. Планируемый результат освоения программы
5. Организационно-педагогические условия реализации программы
6. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы
7. Список литературы (печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы)
8. Приложения (методические материалы, календарный учебный график на каждый год обучения)

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы: художественная

Нормативно-правовое обеспечение программы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.
- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ.
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года N 678-р).
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 03 сентября 2018 г. № 10.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28.
- Концепция сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 декабря 2023 г. № 3547-р).
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015 г. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ в новой редакции - ГБУДО «Республиканский центр внешкольной работы» Министерства образования и науки Республики Татарстан, 2023 г.
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31 января 2022 г. N ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 марта 2016 г. N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
- Устав учреждения.

Актуальность программы

Хореография – это искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка. Он формирует его художественное «Я» как составную часть орудия «общества», посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые личные стороны нашего существа.

Актуальность хореографического образования заключается в том, что танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки – от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластики.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной Программы является то, что содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в общеобразовательном учреждении. В Программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений. Предполагается, что освоение основных разделов Программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по Программе создает необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Цель: формирование у детей творческих способностей через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений, развитие исполнительских способностей детей.

Задачи:

Обучающие:

- Изучать элементы классического, народного, бального, современного танцев;
- Формировать музыкально-ритмические навыки (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
- Обучать правильному дыханию (дыхательные упражнения);
- Изучать упражнения для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки)
- Умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

Развивающие:

- Совершенствовать psychomotorные способности детей (развивать ловкость, точность, силовые и координационные способности; развивать равновесие, силу, укреплять мышечный аппарат);
- Развивать мелкую моторику, память, внимание, воображение;
- Развивать музыкальные способности (чувство ритма, умение слушать музыку);
- Развивать координацию и укреплять опорно-двигательный аппарат.

Воспитательные:

- Воспитывать у детей интерес к танцевальному искусству;
- Воспитывать умение вести себя в группе во время движения, танцев и игр;
- Формировать культурные привычки в процессе группового общения с детьми и взрослыми;
- Воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- Формировать среду, способствующую неприятию потребления алкоголя и психоактивных веществ.

Адресат программы

Программа рассчитана на детей от 8 до 13 лет.

Возрастные особенности детей 8 лет.

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми становится развитие взаимодействия нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

Возрастные особенности детей 9-10 лет.

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети уже способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является: быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребенка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

Возрастные особенности 11-13 лет

Этот возрастной период характеризуется бурным ростом ребенка и физиологической перестройкой всего организма. У подростка возникает чувство тревоги, повышенная возбудимость, резкая смена настроения, быстрая утомляемость. Они обидчивы. Педагогу нужно быть осторожным и деликатным в своих высказываниях, не подчеркивать значение результата и не сомневаться в возможностях ребенка. Еще большее значение приобретает индивидуальный подход. Для ребенка это самый трудный, переломный возраст во всех отношениях. Болезненно воспринимают критику. Они пытаются проявлять самостоятельность от родителей, педагога, начинают осознавать себя как личность, поэтому подростков все больше привлекают личностные качества педагога. Теперь они не

будут безоговорочно слушаться, и слепо доверяться педагогу. Надо завоевать их уважение, подростки начинают ценить волевые качества, ум, характер, профессионализм педагога. Я заметила, что дети 11-14 лет стремятся (пока еще робко) к личностному общению со мной, я никогда не отвергаю попыток ребенка к разговору. Этот возраст отличается активностью, восприимчивостью, им свойственно стремление к действию, выполнению задания. Если у них опыт занятий танцами, то им легче дается разучивание движений, а если ребенок только начинает заниматься, то настойчивость, работоспособность помогают ему быстро нагнать сверстников. Дети занимаются с увлечением и настойчивостью, занятия проводятся более углубленно, с этого возраста я начинаю требовать от детей точности исполнения. В подростковом возрасте утрачена детская непосредственность, больше внимания уделяю технике исполнения.

В содержание занятий входят те же разделы, что и раньше, но в более полном виде /разминка, станок, диагональ, середина, постановка-репетиция/. Изменяется степень сложности учебного материала, дозировка физических нагрузок. Например, станок длится 20 минут.

Расширяется объем работы над тренировочными движениями, которые изучаются у станка, на середине, движения рук разнообразнее, всё больше комбинированных движений, с координацией ног, рук, головы, корпуса

К 14 годам дети способны освоить все основные танцевальные движения у станка, на середине: приседания, группа батманов, ронд, ковырялочка, все виды верёвочек, каблучное, моталочка, молоточки, падебаск, гармошка, дробь, повороты на месте и с продвижением, подскоки, прыжки, комбинация этих движений. Я разучиваю с ними вальс, рок-н-ролл, а также движения современных, эстрадных танцев.

Для подростков становятся чуждыми конкретные приземленные образы, характеры, сюжеты. Я учитываю это при формировании репертуара. Лет в 12-14 появляется интерес к противоположному полу, поэтому мальчики и девочки проявляют желания к совместным танцам, не обязательно парным, так как девочки перегоняют в росте мальчиков. Танцы могут быть массовые, техничные, с сольными партиями (у мальчиков-присядки, хлопушки, у девочек-дробь, крутки), пляски, переплясы. Нужны танцы, которые помогут приобрести черты мужественности и силы у мальчиков, нежность и лиризм у девочек. В репертуаре должны быть совместные танцы, которые воспитывают бережное, уважительное отношение к партнеру.

Это трудный возраст для подбора репертуара. Дети сами себя считают уже взрослыми. Действительно, они выросли из детского репертуара, но и взрослый им еще не подходит. У мальчиков и девочек отдельно может быть по одному танцу. В репертуаре кроме народных танцев обязательно должны быть современные и игровые танцы.

С этого возраста я прошу наиболее смелых и активных детей помочь младшим или своим товарищам, которые пропустили занятия в освоении движений.

Контролируя детей, я стараюсь дать им больше самостоятельности в организации внеклассных мероприятий, подготовка к учебным занятиям, к выступлениям. Иногда они самостоятельно шьют какие-то детали костюма сами.

Объем программы: на весь период обучения для освоения программы запланировано 432 часа.

Формы организации образовательного процесса: групповые занятия.

Данная программа является вариативной, ее реализация возможна через электронное обучение и с использованием дистанционных образовательных технологий.

Занятия с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий включают:

- разработанные педагогом презентации с текстовым комментарием;
- online-занятия, видеолекции;
- online-консультирование;
- просмотры спектаклей, мастер-классов;

- просмотры отдельных эстрадных номеров, репетиционных работ;
- тестовые задания;
- контрольные задания.

Виды занятий: практические занятия, мастер-классы.

Срок освоения программы: 3 года (72 занятия в год).

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю).

Режим занятий при использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий регулируется нормами СанПиН при работе учащихся за компьютером:

- 1-3 класс – 20 минут
- 4 класс – 25 минут
- 5-11 классы – 30 минут

Планируемые результаты освоения программы

В конце обучения по программе учащийся будет:

- знать назначение отдельных упражнений хореографии;
- уметь выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- выразительно, свободно, самостоятельно двигаться под музыку;
- проявлять желание двигаться, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;
- уметь точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности;
- владеть навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях;
- уметь выполнять танцевальные движения: прямой галоп; пружинка, подскоки, кружение по одному и в парах, поочередное выбрасывание ног вперед, приставной шаг с приседанием; с продвижением вперед, кружение; приседание с выставлением ноги вперед, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед;
- выполнять танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, боковой галоп, переменный шаг; выразительно и ритмично исполняют танцы, движения с предметами;
- знать основные танцевальные позиции рук и ног;
- умеют выполнять простейшие двигательные задания (творческие игры, специальные задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку;
- способно импровизировать с использованием оригинальных и разнообразных движений.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий (УУД), проявляющихся в познавательной и практической творческой деятельности:

Регулятивные УУД:

- умение определять проблему, ставить учебные цели, проверять достижимость целей с помощью педагога;
- умение действовать по заданному алгоритму;
- умение осуществлять констатирующий контроль по результату действия.
- овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств их осуществления в различных формах и видах танцевальной деятельности;

- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе создания пластического образа.
- использование танцевальных навыков при воплощении художественных образов;
- умение подготовить пластический номер к мероприятиям различного уровня.

Познавательные УУД:

- развитие способности наблюдать и рассуждать, критически оценивать собственные действия наряду с явлениями жизни и искусства;
- умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание;
- овладение навыками ознакомительного чтения, умение выделять главное и второстепенное в тексте;
- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- анализ существующего разнообразия музыкальной картины мира;
- умение ставить и формулировать проблемы, самостоятельное создавать алгоритмы деятельности при решении проблем творческого характера;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.

Коммуникативные УУД:

- умение выражать свои мысли, обосновывать собственное мнение;
- умение аргументировать свое предложение, убеждать и уступать;
- умение договариваться, находить общее решение;
- умение «слышать другого»;
- взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания;
- умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности;
- построение совместной деятельности и поиск в процессе учебных ситуаций нетрадиционных вариантов решения творческих задач.

Личностные результаты

- умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, их понимание и оценка;
- умение ориентироваться в культурном многообразии окружающей действительности, активное участие в творческой жизни объединения, Центра, района и др.;
- уважительное отношение к культуре других народов;
- сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие мотивов исполнительской деятельности и личностного смысла участия в театральном коллективе; овладение навыками сотрудничества с педагогом и сверстниками;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного и сольного исполнительства;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- устойчивая позиция стремления к здоровому образу жизни, неприятия к употреблению алкоголя и психоактивных веществ.

Формы поведения итогов реализации программы

Основными видами контроля успеваемости учащихся является:

- Вводная аттестация;
- Полугодовая аттестация;
- Годовая аттестация;

- **Аттестация по итогам освоения программы.**

Вводная аттестация Вводная аттестация учащихся – выявление стартовых возможностей и индивидуальных особенностей учащихся через собеседование, тестирование, анкетирование, устный опрос.

Полугодовая аттестация – оценка качества усвоения учащимися содержания какой-либо части (частей) темы (тем) программы на основании текущей аттестации. Проводится в конце первого полугодия каждого учебного года. Контроль успеваемости проводится в следующих формах: тестирование, контрольные работы, практические работы (выступление, участие в конкурсах, концертах)

Годовая аттестация представляет собой оценку качества усвоения учащимися всего объема содержания образовательной программы за учебный год. Контроль успеваемости проводится в следующих формах: тестирование, практическая работа (отчетный концерт, выступление на сцене). Оценка результатов деятельности учащихся при электронном обучении и с использованием дистанционных образовательных технологий проводится в форме удаленного тестирования, онлайн прослушивания, просмотра выступления учащихся в режиме онлайн по видеотрансляции, в форме конкурса презентаций и т.п.

Аттестация по итогам освоения программы проводится по итогам освоения программы. Цель диагностики – оценка уровня достижений учащихся по завершению освоения дополнительной общеобразовательной программы, определение изменения уровня развития учащихся, их творческих способностей, заключительная проверка знаний, умений, навыков.

II. УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика		
1	Знакомство с хореографическим искусством	4 часа	1,5 часа	2,5 часа	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
2	Основы классического танца	46 часов	11,5 часов	34,5 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
3	Основы русского народного танца	16 часов	5 часов	11 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
4	Основы бального и эстрадного танца	18 часов	7 часов	11 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
5	Основы спортивно-эстрадного танца	20 часов	3 часа	17 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
6	Подготовка к открытому занятию (концерт). Итоговое занятие	40 часов	7 часов	33 часа	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
Итого		144 часа	35 часов	109 часов		

2 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика		
1	Развитие физических данных	24 часа	4 часа	20 часа	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
2	Классический танец	26 часов	6 часов	20 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
3	Основы русского народного танца	16 часов	5 часов	11 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
4	Основы бального эстрадного танца	18 часов	7 часов	11 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы

5	Постановочная Работа	20 часов	3 часа	17 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
6	Подготовка к открытому занятию (концерту). Итоговое занятие	40 часов	7 часов	33 часа	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
Итого		144 часа	35 часов	109 часов		

3 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика		
1	Искусство хореографии	24 часа	4 часа	20 часа	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
2	Спортивная акробатика	26 часов	6 часов	20 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
3	Эстрадный танец	16 часов	5 часов	11 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
4	Джаз модерн	18 часов	7 часов	11 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
5	Постановочная Работа	20 часов	3 часа	17 часов	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
6	Подготовка и проведение итогового занятия (концерта)	40 часов	7 часов	33 часа	Словесные, наглядные, практическая	Оценка практической работы
Итого		144 часа	35 часов	109 часов		

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

1. Знакомимся с искусством хореографии. Вводное занятие

Танцевальное искусство, как вид детского творчества. ТБ.

Теория: знакомство с танцевальным искусством, как одним из видов детского творчества, режимом работы, темами, основными видами деятельности, определение по группам, установление расписания.

Практика: правила техники безопасности на занятиях.

Игры на знакомство, коллективообразование: «Назови имя», «Дрозд», и др.

Формы контроля: оценка практической работы.

Хореографический язык.

Теория: что такое «хореографический язык» - приветствие и прощание - «поклон».

Практика: изучение техники выполнения поклона на середине.

Форма контроля: оценка практической работы.

2. Основы классического танца.

2.1. Мастера русского балета.

Теория: знакомство с творчеством великих русских танцоров 19-20 в. Формирование интереса и уважения к русскому балету.

Практика: исследовательская деятельность по теме: «Мастера русского балета» - иллюстрированный реферат, доклад о жизни и творчестве великих русских танцоров 19 в.

Форма контроля: оценка практической работы.

2.2. Постановка корпуса в классическом танце.

Теория: постановка корпуса – важнейший этап в занятиях классическим танцем. Правильная постановка корпуса гарантирует устойчивость, внутреннюю собранность и эстетическую восприимчивость при исполнении классических элементов.

Практика: освоение постановки корпуса на середине, у станка (ноги в 1 свободной поз., руки – в подготовительной поз.). Упражнение «Арбуз».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.3. Позций рук-1-я, 2-я, 3-я, подготовительная.

Теория: освоение позиций рук классического танца на середине.

Практика: проучивается в порядке – подготовительная, 1-я, 3-я. В последнюю очередь – 2-я. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Арбуз», «Посчитай до восьми».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.4. Позций ног – 6-я, 1-я, 2-я, 3-я.

Теория: освоение позиций ног классического танца на середине.

Практика: проучивается в порядке – 6-я, 1-я, 2-я. В последнюю очередь – 3-я. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Угадай позицию».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.5. Demi-plie.

Теория: освоение упражнения классического танца Demi-plie у станка. Особенности выполнения упражнения.

Практика: проучивается по 6 поз. ног, потом по 1 поз. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку). Упражнение «Паучок», «Затяжка».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.6. Battementtendujete.

Теория: освоение упражнения классического танца «BattementtenduJete» (бросок).

Проучивается из 1 поз. ног у станка в сторону, далее вперед, назад. Особенности выполнения упражнения.

Практика: воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка», «Бросок на 30*».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.7. *Grand battementjete.*

Теория: освоение упражнения классического танца «Grand battement Jete» (большой бросок, мах) из 1 поз. ног у станка, лицом к станку. Особенности выполнения упражнения.

Практика: воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Затяжка». «Бросок на 90*».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.8. *Battementtendu.*

Теория: освоение упражнения классического танца «Battementtendu» (отведение и приведение ноги) из 1 поз. ног у станка в сторону. Далее проучивается упражнение вперед и назад. Особенности выполнения упражнения.

Практика: воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка».

Форма контроля: оценка практической работы.

3. Основы русского народного танца

3.1. *Ковырялочка*

Теория: Движение занимает один такт. И.П. - I свободная.

«И» - одновременно с поворотом корпуса влево на левой ноге правая, сгибаясь в колене, делает сильный взмах от колена назад - вправо.

«1» - правая нога, полусогнутая в колене, опускается носком в пол; пятка направлена вправо.

«И» - одновременно со скользящим движением левой ноги, корпус и голова поворачиваются к правой ноге. Одновременно правая нога, вытягиваясь в колене, поднимается вперед на 45градусов.

«2» - правая нога опускается на пол на ребро каблука в ту точку, где был носок; подъем сокращен.

3.2. *Гармошка*

Гармошку можно исполнять на прямых ногах или с приседанием на счет «раз», продвигаясь в разные стороны. Исходное положение: первая позиция. Раз – скользящим движением соединить носки, пятки развести в стороны; и - пауза; два – соединить пятки, носки развести в стороны; и – пауза.

Практика: использование новых элементов в танце

Форма контроля: оценка практической работы

4. Основы бального и эстрадного танца

4.1. *Вальс.*

Теория: знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения. Австрийский танец «Вальс»,

Практика: разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца «Вальс».

Форма контроля: оценка практической работы.

5. Основы спортивно-эстрадного танца

5.1. *Изящная осанка.*

Теория: освоение навыков постановки корпуса в хореографии.

Практика: формирование волевых навыков и трудолюбия. Упражнения на формирование правильной осанки: «3 позиция», «Египет», «Руки вверх», «Бревнышко». Игра «Строим плот».

Форма контроля: оценка практической работы.

5.2. Дивная пластика.

Теория: Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Формирование волевых навыков. Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах.

Практика: Упражнения для улучшения подвижности позвоночника.

Упражнения, включающие максимальное сгибание туловища: «Кольцо», «Дельфин», «Мост» из положения лежа.

Форма контроля: оценка практической работы.

5.3. Гимнастические растяжки.

Теория: освоение навыков растягивания мышц бедра. Формирование волевых навыков.

Практика: Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Высокие взмахи поочередно попеременно правой и левой ногой. Упражнения: «Веревочка», «Шпагат», «Оттяжка» из положения сидя, «Складка в шпагате» «Складка из «веревочки». Подготовительные упражнения «Бабочка» на спине, на животе, в складке.

Форма контроля: оценка практической работы.

6. Подготовка к открытому занятию (концерту). Итоговое занятие

Практика: открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстрацией полученных знаний и умений. Анализ работы.

Форма контроля: оценка практической работы

2 год обучения.

1. Развитие физических данных

1.1 Прыжки

Теория: освоение прыжков, легкость танцоров, прыжки по всем позициям

Практика: Упражнения с использованием прыжков, умение правильно приземляться через плие, отработка высокого прыжка наверх

1.2 изоляция

Теория: работа каждой части тела отдельно друг от друга

Практика: под музыку на каждый счет каждая часть тела двигается отдельно, это помогает танцору чувствовать свое тело и танцевать более качественно каждое движение, проживая его внутри

1.3. силовые упражнения на все тело

Теория: силовые упражнения включают в себя планку, отжимания, приседания и любые упражнения, где идет полная нагрузка на тело

Практика: Планка закрепляет пресс, спину и ноги, каждый урок выполняя упражнение нужно добавлять время, тогда будет эффект. Отжимания выполняются в ровный корпус, полностью опускаясь руками до пола, это прекрасно закрепляет мышцы спины и грудной клетки. Приседания с прыжком позволяют танцору научиться делать правильный и сильный толчок наверх.

Форма контроля: оценка практической работы

2. Классический танец

2.1. Мастера русского балета.

Теория: Повторение пройденного материала о теме русского балета

Практика: исследовательская деятельность по теме: «Мастера русского балета» - иллюстрированный реферат, доклад о жизни и творчестве великих русских танцоров 19 в.

Форма контроля: оценка практической работы.

2.2. Постановка корпуса в классическом танце.

Теория: постановка корпуса – важнейший этап в занятиях классическим танцем. Правильная постановка корпуса гарантирует устойчивость, внутреннюю собранность и эстетическую восприимчивость при исполнении классических элементов.

Практика: освоение постановки корпуса на середине, у станка (ноги в 1 свободной поз., руки – в подготовительной поз.). Упражнение «Арбуз».

2.3. Позичий рук-1-я, 2-я, 3-я, подготовительная.

Теория: повторение позичий рук классического танца на середине.

Практика: проучивается в порядке – подготовительная, 1-я, 3-я. В последнюю очередь – 2-я. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Арбуз», «Посчитай до восьми».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.4. Позичий ног – 6-я, 1-я, 2-я, 3-я.

Теория: повторение позичий ног классического танца на середине.

Практика: проучивается в порядке – 6-я, 1-я, 2-я. В последнюю очередь – 3-я. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Упражнение «Угадай позицию».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.5. Demi-plie.

Теория: повторение упражнения классического танца Demi-plie у станка. Особенности выполнения упражнения.

Практика: проучивается по 6 поз. ног, потом по 1 поз. Воспитание волевых качеств и трудолюбия. Разработка голеностопного и коленного сустава (подготовка к прыжку). Упражнение «Паучок», «Затяжка».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.6. Battementtendujete.

Теория: повторение упражнения классического танца «BattementtenduJete» (бросок).

Проучивается из 1 поз. ног у станка в сторону, далее вперед, назад. Особенности выполнения упражнения.

Практика: воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка», «Бросок на 30*».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.7. Grand battementjete.

Теория: освоение упражнения классического танца «Grand battement Jete» (большой бросок, мах) из 1 поз. ног у станка, лицом к станку. Особенности выполнения упражнения.

Практика: воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Затяжка». «Бросок на 90*».

Форма контроля: оценка практической работы.

2.8. Battementtendu.

Теория: повторение упражнения классического танца «Battementtendu» (отведение и приведение ноги) из 1 поз. ног у станка в сторону. Далее проучивается упражнение вперед и назад. Особенности выполнения упражнения.

Практика: воспитание волевых качеств и трудолюбия. Способствовать выработке силы ног, натянутости стопы. Упражнения «Утюжок», «Пятка высоко», «Затяжка».

Форма контроля: оценка практической работы.

3. Основы русского народного танца

Теория:

Припадание

Советы педагогу и методические рекомендации:

- припадание изучается после того, как разучено положение sur-le-cou- de-pied.
- исполняя припадание с продвижением в сторону – необходимо следить чтобы падение исполнялось вдаль за ногой в сторону;
- demi-plié должно исполняться сдержанно (на мышцах);
- свободная нога берется на cou-de-pied четко, сохраняя выворотное положение ног;

№ 1 Припадание с продвижением в сторону

Исходное положение 5 позиция ног, лицом к станку (вступление):

- 1 такт – полупальцы;
- 1 такт – правую ногу открыть в сторону на 25 градусов (движение проучивается на 2 такта, лицом к станку, позже на середине зала);
- 1 такт – томбе на правую ногу в сторону, левая нога берется на cou- de- pied (положение фиксируется);
- 1 такт – встать на полупальцы левой ноги, правую ногу открыть в сторону на 25 градусов (2 такта – движение повторяется сначала).
Затем движение исполняется на 1 такт и на 1/2 такта.

№ 2 Припадание вперед без продвижения

Исходное положение 5 позиция ног (на вступление):

- 1 такт – полупальцы;
- 2 такт – правую ногу открыть вперед на 25 градусов;
- «раз –и» – томбе на правую ногу под опорную, левую ногу четко взять на cou- de- pied.
- «два –и» – встать на полупальцы левой ноги, правую ногу открыть вперед на 25 градусов, движение повторяется сначала.

Припадание может исполняться в повороте на 1/4, 1/2 круга.

Исполняя припадание без продвижения, необходимо следить чтобы падение исполнялось точно под опорную ногу. После того, как движение разучено в чистом виде, добавляются движения головы, рук, корпуса.

Изучение дробных движений русского танца.

Советы педагогу и методические рекомендации:

- прежде чем приступить к изучению основных дробей (верхней «из-за» такта и «ключевой» в такт), необходимо проучить ударные подготовительные упражнения;
- полезно, для развития чувства ритма и лучшего запоминания ритмического рисунка, повторять его хлопками в ладоши;
- на протяжении всего движения высота demi-plié на опорной ноге сохраняется;
- работающая нога согнута в колене на высоте – выше щиколотки, подъем сокращен, ступня параллельно полу;
- отскок на опорной ноге должен быть коротким, со звуком в пол, что далее даст четкий звук при исполнении дробей;
- удары должны быть отскакивающими (не «лепить» в пол), а для этого икроножная мышца должна быть напряжена;
- удары пробиваются всей стопой.

№ 1 Подготовительное упражнение

Музыкальный размер 2/4 движение исполняется на 1 такт. Исходное положение 6 позиция ног, колени «смягчены».

- «раз» – удар всей стопой об пол правой ногой;
 - «и-два-и» – пауза.
- Повторить 4 раза. Затем исполнить левой ногой

№2 Подготовительное упражнение

Исходное положение 6 позиция ног, колени «смягчены».

- «раз» – удар всей стопой об пол правой ногой;
- «и-два-и» – пауза;
- «раз» – удар всей стопой об пол левой ногой;
- «и-два-и» – пауза. Повторить 8 раз.

№ 3 Тройной притоп

Музыкальный размер 2/4 движение выполняется на 1 такт. Исходное положение – 6 позиция ног, колени «смягчены».

- «раз» – удар всей стопой об пол правой ногой;
- «и» – удар всей стопой об пол левой ногой;
- «два» – удар всей стопой об пол правой ногой;
- «и» – пауза.

Повторить 4 раза с правой ноги, затем 4 раза с левой ноги.

Эти движения можно исполнять в различных ритмических рисунках (в такт, «из-за» такта, с паузами и т.д.)

№ 4 Подготовительное упражнение к верхней дроби

Музыкальный размер 2/4 движение выполняется на 1 такт. Лицом к станку 6 позиция ног. На вступление *demi-plie* на левой ноге, правую согнуть и поднять выше щиколотки.

- «и» - отскок на левой ноге;
- «раз-и-два» - пауза;
- «и» - движение повторяется и так 4 – 6 раз. Затем выполняется на середине зала. (Следить чтобы при исполнении отскока положение сохранялось).

№ 5 Верхняя дробь (основная)

Исходное положение 6 позиция ног. На 1 такт движение.

- «и-и-раз» - отскок на левой ноге, а правой пробить 2 удара (всей стопой), закончить движение – тяжесть корпуса на правой ноге;
- «и-два» - пауза;
- 1 такт – повторить левой ногой.

№ 6 Верхняя дробь (законченный вид)

- «и-и-раз» - отскок на левой ноге, правой пробить 2 удара (всей стопой);
- «и-и-два» - отскок на правой ноге, левой пробить 2 удара (всей стопой).

№ 7 Верхняя дробь с переступанием

Исходное положение 6 позиция ног, *demi-plie*.

- «и-и-раз» - отскок на левой ноге, правой пробить 2 удара (всей стопой), закончить движение – тяжесть корпуса на правой ноге;
- «и-два» - 2 переступания на левую и правую ногу;
- 1 такт – повторить с левой ноги.

№ 8. Полклуча

Музыкальный размер 2/4 движение выполняется на 1 такт.

Исходное положение 6 поз. ног, *demi-plie*.

- «раз» - удар правой ногой;
 - «и» - отскок на левой ноге;
 - «два-и» - 2 переступания на правую ногу, левую.
- Движение повторить 4 раза с правой ноги затем с левой ноги

№ 8 Русский ключ

Когда разучено движение № 7 с двух ног, разучивается русский ключ простой, затем сложный:

- «раз» - удар правой ногой;
- «и» - отскок на левой ноге;
- «два» - наступить на правую ногу;

- «и» - удар левой ногой;
- «раз» - отскок на правой ноге;
- «и-два» - притоп левой ногой, притоп правой ногой.

Виды (приемы) дробных движений: дробная дорожка, пятко- носковая дробь, дробь одной ногой «хромоножка»

«Веровочка»

В этом движении поочередный перевод ног спереди назад производит впечатление, как будто заплетается веревочка.

Советы педагогу и методические рекомендации:

- высота demi-плие и низких полупальцев сохраняется на протяжении всего упражнения;
- колени опорной и работающей ноги направлены в сторону;
- при сгибании, работающая нога не отводится от опорной («зацепиться» пальцами сзади)
- следить, чтобы работающая нога опускалась на подушечку точно под пятку опорной, не заводилась глубоко накрест, иначе, это приведет к развороту бедер, что не допустимо при исполнении этого движения.
- следить чтобы движение исполнялось на одном месте (за счет проскальзывания вперед на опорной ноге) продвижения назад недопустимо.

Практика: практическое выполнение упражнений и элементов русского народного танца.

Форма контроля: оценка практической работы

4. Основы бального эстрадного танца

Теория: история возникновения Джаз танца. Просмотр видеоматериалов по данному направлению основные понятия:

поза коллапса, изоляция и полицентрия, мультипликация, координация, импульс и управление.

принципы движения contraction и release, уровни.

Практика:

разогрев: упражнение стрэйч-характера, наклоны и повороты корпуса, разогрев ног, разогрев на середине зала, в партере.

изоляция: движения для головы, плеч, грудной клетки, бедер, рук, ног, координация изолированных центров;

упражнения для позвоночника: наклоны торса, твист торса, спирали, «волны», contraction, release, high release, tilt;

уровни: стоя: верхний, средний, нижний уровни; на четвереньках, на коленях, сидя, лёжа;

кросс. Передвижение в пространстве:

прыжки: с двух ног на две (jump), с одной ноги на другую с продвижением (leap), с одной ноги на ту же ногу (hop), с двух ног на одну;

вращения: повороты на двух ногах, на одной ноге, повороты по кругу вокруг воображаемой оси, повороты на различных уровнях, лабильные вращения.

комбинация или импровизация.

Форма контроля: оценка практической работы

5. Постановочная работа

Теория: каждая группа разбирает свой танец, придумывает историю, которую будет рассказывать в этом номере

Практика: Изучение нового материала, закрепление постановочных работ подготовка к конкурсам

Форма контроля: оценка практической работы

6. Подготовка к открытому занятию (концерту). Итоговое занятие

Практика: открытое занятие для учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся) с демонстрацией полученных знаний и умений. Анализ работы.

Форма контроля: оценка практической работы

3 год обучения

1. Искусство хореографии

Теория: Понятия: «tour», «passe», «мультипликация», «twist».

Тенденции развития современного танца в России.

Практика

Выполнение танцевальных движений под заданную музыку:

- движения ногами: «квадрат», «крест на крест», «слайд»;
- движения руками: «хлопки», «кач».

Выполнение упражнений для согласования движений с музыкой:

- строевые упражнения (построение в шеренгу, в колонну, в круг, перестроение парами, четвёрками);
- общеразвивающие упражнения (основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами, туловищем и головой, полуприседания);
- упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки (свободное опускание рук вниз, по сегментное расслабление рук на различное количество счётов, упражнения на осанку, стоя спиной к опоре и на середине, имитационные, образные упражнения).

Выполнение растяжки на станке:

- упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.

Выполнение растяжек в партере:

- упражнения стретчинг «Перевертыш» у стенки по I позиции выворотню;
- упражнение «Страус на подъемах» (выполняется в *parterre*, с подниманием ноги вверх, на растяжку мышц задней поверхности бедра);

- упражнение «Столик».

Партерный экзерсис:

- упражнения сидя: «Складочка», «Уголок», «Горка сидя», «Клубочекниточка», *battement tendu jete*;
- упражнения на спине: «Горка лежа», «Березка»;
- упражнения: «Лодочка», «Сфинкс», «Лягушка», «Мостик», «Солдатик».

Разучивание упражнений на середине зала:

- упражнения: «Чашка чая» (стойка в положении ног по II джазовой позиции), «Грибок» (без опоры на середине, подготовка к *tour*). Соскоки в *plié* и стойка на пальцах, вытяжка на пальцах с поворотом.
- упражнение «Цветочек» на середине зала, наклоны корпуса (повтор с выполнением на п/пальцах).

Выполнение прыжков:

- по шестой позиции;
- прыжки из шестой во вторую позицию;
- прыжки по шестой позиции по 4 четверти;
- комбинация прыжки по шестой позиции с поджатыми ногами.

Упражнения на развитие гибкости позвоночника:

- упражнение в parterre: «Лодочка», «Маленькое кольцо», «Мостик» (из положения лежа), «Корзинка» (лежа на животе, захватить стопы руками, подняв вверх, зафиксировать) «Большое кольцо» (назад на коленях), «Горка» (прогнувшись назад);
- упражнение «Кошечка» (выгибание и изгибы позвоночника); приседания с фиксацией прямой спины; «Мини арка» (прогибы в грудном отделе позвоночника, из положения сидя на пятках); «Колечко» (прогибы и изгибы позвоночника).

Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса:

- упражнение «Мини-замок» (правая рука с помощью левой руки сильно заводится за голову и тянется вниз);
- упражнение «Замочек» (соединение кистей рук в «замок» за спиной по диагонали, правая рука - сверху, левая – снизу и оттягивание рук на максимальное расстояние от спины); то же упражнение, но руки соединяются в «замок» обычным способом и, стоя в положении «складочка» (ноги находятся на ширине плеч), выполнить около 10 наклонов вниз, касаясь руками пола.

Упражнения в parterre:

- упражнение: «Уголок-бабочка» (руки по II позиции, поднятие рук по II позиции над полом с паузой наверху, уголок на подъёмах);
- упражнение: полуповороты с точкой, полный поворот с добавлением рук;
- упражнение «Юла» (выполняется на середине зала, фиксируется точка и полный поворот на 180 градусов, вращение в прыжке).

Разучивание основных позиций ног (I-ая, II-ая, III-я, VI-ая):

- основные позиции рук (подготовительная, I-ая, III-ая);
- Releves по VI-ой или не выворотной I-ой позиции в сочетании с demi-plies;

Экзерсис на середине зала:

- упражнения: Demi plie, Battement tendu, Releve;
- Экзерсис у станка:

- изучение и отработка основных элементов упражнений;
- отработка позиций, положение ног;
- постановка корпуса лицом к станку;
- позиции ног (I, II, III, V). Demi plie в I, II, III, V позициях. Battement tendus по I позиции в сторону, вперёд, назад; Battement tendus jetes. Releves на полупальцы по I, II, III, V позициям;
- положение ноги на surlecou – de – pied обхватное;
- положение ноги на surlecou – de - pied условное. Attement relevelents на 90 с I позиции Grand plies в I, II, III позициях. Grand battement jetes по I позиции;
- перегибания корпуса.

Форма контроля: оценка практической работы

2. Спортивная акробатика

Теория: понятия: «рондат», «многоскоки», «фляк», «акробатика в темп», «акробатика в «доскок». Типичные ошибки при выполнении акробатических элементов и способы их устранения.

Практика:

Выполнение упражнений специальной физической подготовки: упражнения: упор углом на полу, упор углом ноги врозь на полу, горизонтальный упор в группировке на полу, стойка на руках у стены, стойка на руках согнувшись у стены, стойка на руках прогнувшись у стены, стойка на одной руке у стены.

Упражнения на растяжку:

- фиксация положения шпагат вертикально с помощью опоры;
- махи у опоры в шпагат; прыжки в шпагат;

Упражнения на гибкость:

- ходьба в приседе;
- наклоны вперед, назад, вправо, влево;
- выпады и полу шпагаты;
- махи правой и левой ногой вперед, назад, в сторону;
- широкие стойки на ногах;
- складки;
- седы;
- «мосты»;
- шпагаты: медленный переворот вперед на две ноги.

Выполнение гимнастических стоек:

- стойки на голове в группировке, полу шпагатом, шпагатом;
- выход в стойку на голове прямыми ногами;
- стойка на предплечьях в группировке;
- на руках толчком в группировку;
- на руках махом.

Упражнения для развития силы мышц брюшного пресса:

- поднимание туловища из положения лежа на спине;
- поднимание туловища из положения лежа на животе со скручиванием;
- поднимание ног лежа на спине, одновременное поднимание туловища и ног с фиксацией позы «уголок»;
- поднимание ног в положении виса;
- удержание позы «уголок» в положении виса.

Упражнения на развитие быстроты, силы:

- сгибание рук в упоре лежа;
- подтягивания в висе лежа;
- удержание в висе на согнутых руках;
- поднимание ног в висе на гимнастической стенке;
- удержание угла в висе на гимнастической стенке;
- поднимание туловища из положения лежа на спине и животе;
- приседания на двух ногах и на одной.

Силовые упражнения:

- упражнения лежа в парах на мышцы живота;
- упражнения лежа в парах на мышцы спины;
- приседания в положении ноги вместе, ноги врозь;
- отжимания в упоре лежа на коленях, в упоре лежа руки на скамейке, в упоре лежа на полу, с партнером (партнер держит ноги на весу параллельно полу); выпрыгивания на месте.

Упражнения для развития силы мышц ног:

- приседания на двух ногах;
- приседания на двух ногах с грузом (гантели весом 1 кг), приседания на одной ноге (в «пистолетике»);
- фиксирование полуприседа (90°), прижавшись ровной спиной к стене.

Упражнения для развития силы мышц спины:

- поднимание туловища из положения, лежа на животе;
- поднимание ног лежа на животе;
- одновременное поднимание туловища и ног с фиксацией позы «рыбка»;
- опускание туловища в горизонтальное положение стоя (лопатки сведены, руки в стороны) с фиксацией позы.

Упражнения на развитие прыгучести:

- заскоки на скамейку;

- соскоки со скамьи;
 - перепрыгивания через скамейку с продвижением вдоль нее;
 - многоскоки с продвижением на двух ногах, на одной, с поджиманием ног, из приседа, из приседа с поджиманием;
 - многоскоки без продвижения на двух ногах, на одной, с поджиманием ног, из приседа, из приседа с поджиманием, с поворотом на 180 и 360 градусов;
- Упражнения со скакалкой:
- прыжки на месте (минимальное отрывание ног от пола, так, чтобы скакалка могла проскочить).
 - попеременные прыжки (прыжок на правой ноге, прыжок на двух ногах, прыжок на левой ноге).
 - упражнение «маятник». Прыжки вперед и назад.
- Упражнения в паре:
- прыжки через партнёра;
 - кувырки вдвоём;
 - опорные прыжки через партнёра;
 - перевороты.
- Упражнения втроём:
- входы и сходы;
 - соскоки с соединённых рук партнёра;
 - опорные прыжки через партнёра;
 - положения в висах;
 - упражнения в упорах.
- Кувырки:
- кувырки вперёд из различных исходных положений, в упор присев;
 - кувырки вперёд из упора присев в различные положения;
 - кувырки назад из упора присев в различные положения;
 - кувырки назад из различных положений в упор присев;
 - соединение перекатов и кувырков;
 - соединение кувырков с прыжками;
 - длинный кувырок и кувырок прыжком
- Специальная двигательная подготовка. Упражнения на точность движений:
- поддержки, броски, прыжки;
 - сочетание движений различными частями тела: однонаправленные, разнонаправленные, одновременные, одноимённые и разноимённые движения различными частями тела, в разных плоскостях;
 - переключение с одних движений на другие, в том числе движения различной координационной сложности;
 - оценка движений во времени, пространстве и по степени мышечных усилий с различной амплитудой, усилиями, весом, отягощениями, ориентирами, со зрительным контролем и без него в различных исходных положениях и позах;
 - повышение функциональной устойчивости вестибулярного анализатора: активные и пассивные вращательные движения различными частями и всем телом, вращения вокруг поперечной, продольной и переднезадней плоскостей, в «удобную» и «неудобную» стороны;
- Ходьба и ее разновидности:
- ходьба: строевым шагом, спортивным шагом, в различном темпе и с заданиями;
 - ходьба вперёд, спиной вперёд, боком;

- ходьба: на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, ноги врозь, в полуприседе, в приседе, скрестным шагом, выпадами, с наклонами, с хлопками, с акцентированным шагом, без зрительного контроля.

Упражнения на расслабление мышц:

- свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.
- раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад. Вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед;
- встряхивание кистью;
- выбрасывание левой, правой ноги вперед.

Перекидки:

- вперед махом одной, толчком другой;
- назад махом одной, толчком другой.

Развитие умений и навыков в равновесии и балансировании:

- равновесие на ноге;
- равновесие на руке и ноге;
- равновесия в наклонах и мостах;
- фиксация полустоек и стоек до 5-15 секунд.

Упражнения в паре:

- равновесие с поддержкой партнёра;
- равновесие вдвоём;
- балансирование руками и ногами;
- равновесие на партнёре, стойки и равновесия.

Выполнение акробатических упражнений на динамику:

- разновидности кувырков (твист);
- разновидности стоек, перекидки, перевороты,
- «Колесо» (с места, с подскоком);
- акробатическая связка.

Акробатика на статику: упражнения: «Колечко»; «Лягушка»; «Ласточка»; «Шпагаты»; «Мосты»; «Стойки»; «Складка».

Акробатические упражнения:

- элемент «быстрый переворот» с помощью педагога и самостоятельно;
- элемент «фляк» с помощью педагога и самостоятельно,
- элемент «рондат».

Выполнение связок и комбинаций, состоящих из базовых упражнений акробатики.

Форма контроля: оценка практической работы

3. Эстрадный танец

Теория: беседа: «Что такое хореографические жанры». Понятия: «twill», «пируэт», «efasse», «croisee».

Практика:

Положения рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца.

Выполнение упражнений для позвоночника:

- торсовая работа корпуса twist, twill (закрепление мышечных ощущений спины и бока);

В положении лежа на спине:

- подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки;
- подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью);
- растяжка поднятой вперед вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам;
 - наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам. Выполнение упражнений по диагонали:
 - кросс на вращение;
 - махи на середине с продвижением вперед и назад.
- Выполнение комбинаций:
- в сочетании с падениями и подъемами;
 - с перемещением по пространству;
 - на передвижение в пространстве.
- Выполнение упражнений на вращение:
- пируэты со II позиции, из IV позиции;
 - пируэты в позах efasse, croisee.
- Разучивание шагов:
- шаг на месте;
 - шаг в сторону с приставкой;
 - прыжки: по I параллельной; из I-ой во II параллельную.
- Развернутые комбинации:
- с использованием движений изолированных центров;
 - движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release);
 - падения и подъемы;
 - переходы из уровня в уровень;
 - диагональ «диско» и «афро-джаз»;
 - кросс на вращение;
 - махи на середине с продвижением вперед, назад.
- Форма контроля:** оценка практической работы

4. Джаз модерн

4.1. Модерн танец

Теория: Отличительные характеристики танца модерн. Понятия: «arch», «curve», «ekarte», «paschasse». Техника модерн танца В.Ю. Никитина

Практика

Разминка на середине зала в стиле модерн. Отработка упражнений для разминки на полу, стрейчинг. Комбинирование элементов со сложной координацией; исполнение движений на полупальцах; включая элементы в повороте:

- contraction в grand plie по всем позициям:
 - с releve;
 - уходя в нижние уровни;
 - battements:
 - с завершением в plie;
 - по параллельным позициям на 45 градусов, на 90 градусов во всех направлениях;
 - вперед и в сторону с исполнением contraction;
 - с выполнением arch и curve к ноге, от ноги.
- Большие прыжки
- с использованием открытых и параллельных позиций;
 - в положении позы ekarte вперед и назад;
 - падения влево и вправо через paschasse в сторону.
- Перемещения по диагонали:
- triplet в полуповороте, продвигаясь вперед лицом и спиной, и в walking turn;
 - бег стремительный в plie в соединении с arch;

- боковые перемещения по диагонали, используя позу ecarte, нога поднимается на 45 и 90 градусов.

Комбинации:

- со сменой levels и использованием contraction, release;
- спирали и твиста торса;
- с использованием шагов, вращений, прыжков и бега;
- джаз ходы.

Танцевальные комбинации:

- упражнения: «Крест», «Квадрат», «Круг», «Полукруг».

Комбинации «Адажио»:

- с использованием наклонов, спиралей торса, contraction и release с одновременным подъемом «рабочей» ноги на 90° и выше;
- с использованием tour lent и других видов партерных туров, fouetteen, tour nant и pirouette;
- использованием различных ракурсов, изменением уровня, перемещением по пространству зала.

Вращения:

- упражнения: «Партерные туры», «Tour lent», «Pirouette», «Compasturn», «Corks crew turn»,
- повороты на двух ногах;
- повороты на одной ноге;
- повороты вокруг воображаемой оси;
- повороты на разных уровнях.

Экзерсис в модерн танце:

- разогрев (по кругу, изоляция, кросс);
- экзерсис на середине зала (в стиле модерн);
- работа по диагонали (вращения, прыжки).

Форма контроля: оценка практической работы

4.2. Зарубежные традиции джаз модерн танца

Теория Техника джаз-модерн танца: М.Грэхем, Д.Хамфр, М.Каннингем. Понятия: «поза коллапса», «полиритмия», «уровни».

Практика:

Комбинации:

- с использованием: «Пружины»;
- «кач» широкой 2-ой позиции;
- основные положения рук (комбинация для рук);
- наклоны корпуса, «волны».

Танцевальные комбинации на координацию:

- комбинация plie в джаз-модерне (использование контракции и релиса, пордебра, спиралей);
- комбинация battements tendus в джаз-модерне (добавление работы рук, контракции и релиса);
- комбинация battements жете в джаз-модерне (добавление работы рук, контракции и релиса, пике);
- комбинация rond de jambe партер в джаз-модерне (добавление работы рук, использование epaulement и танцевальных элементов);
- комбинация passe в джаз-модерне (использование пируэтов);
- комбинация grand battements в джаз-модерне (исполнение по точкам в разных ракурсах, использование партера и прыжков).

Партерный экзерсис.

В положении лежа на спине:

- поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;
 - легкое раскрывание ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени.
В положении сидя:
 - наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола;
 - поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног;
 - упражнение «лягушка» (касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами);
 - упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед;
 - подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);
 - отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса;
 - вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).
Танцевальные комбинации:
 - с элементами акробатики по диагонали и на середине зала;
 - передвижение в пространстве;
 - шаги на координацию;
Соединение шагов, прыжков, вращений в единую комбинацию.
Экзерсис в джаз-модерн танце:
 - разогрев (по кругу, изоляция, кросс);
 - экзерсис на середине зала (в стиле джаз-модерн);
 - работа по диагонали (вращения, прыжки);
- Форма контроля:** оценка практической работы

5. Постановочная деятельность

Практика

Разучивание танцевальных комбинаций и постановка танцев, основанных на элементах модерн танца, джаз танца с использованием акробатических элементов. Отработка техники исполнения танца, в том числе сольных и групповых партий. Работа над созданием художественного образа танца.

Форма контроля: оценка практической работы

6. подготовка и проведение итогового занятия. Концерт

Практика

Подведение итогов. Итоговая диагностика.

Форма контроля: оценка практической работы

IV. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

К концу первого года обучения учащиеся будут знать:

- о роли хореографического искусства в жизни человека;
- основные элементы классического танца;
- позиции рук и ног классического танца;
- навыки постановки корпуса;
- элементы танцев разных народностей;
- особенности игрового танцевального творчества: ролевые игры, игры и танцы с использованием предметов.
будут уметь:
- организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

- выполнять гимнастические комплексы;
 - выполнять акробатические элементы;
 - выполнять комплексы растяжки;
 - выполнять комплексы ритмической гимнастики.
- У учащихся будут развиты (сформированы):*
- установка на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду;
 - образное мышление;
 - эмоциональная восприимчивость;
 - творческие способности: артистизм, фантазия, способность к импровизации;
 - навыки работы в группе, культура общения.

К концу 2 года обучения учащиеся будут знать:

- 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 событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).
- 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.

К концу 3 года обучения:

- учащиеся научатся различать выразительные средства и согласовывать свои движения с музыкой;
- учащиеся научатся взаимодействовать в паре и в группе, понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- учащиеся смогут исполнять сложные по технике и темпу хореографические композиции и номера;
- учащиеся научатся применять в постановочных номерах весь комплекс знаний, уметь соединить их в единое целое, не отдавать приоритет какому-либо из направлений, а выдать их в полном объеме: хореографическую технику, яркость и эмоциональность, музыкальную грамотность;
- учащиеся продемонстрируют грамотное исполнение сложных по технике и темпу хореографических композиций и номеров: «Во лугах», «над нами только небеса», «девочки, такие девочки»;
- учащиеся смогут активно участвовать в районных, городских, Всероссийских, Международных фестивалях, конкурсах.

V. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Занятия сценическим движением проходят в просторном, светлом, проветренном, чистом помещении. Есть зеркала. Ведь зеркало помогает проверить правильность выполнения упражнений, стройность осанки, красоту позы. Оно отмечает и ошибки, и достижения.

Обувь учащихся легкая, облегающая ступню, не стесняющая свободу ее движений.

Форма для занятия удобная, не стесняющая движений и не скрывающая от педагога работу мышц.

Волосы аккуратно причесаны. Все на ребенке должно быть опрятно и красиво.

Руководитель требует, чтобы одежда была чистой, все это помогает привить ребенку элементарные санитарные навыки, научить личной гигиене.

Музыка в области хореографического образования занимает одно из центральных мест. Руководитель объединения подбирает музыкальный материал для оформления занятия. Музыка делает занятия более полноценными и эмоциональными.

Предмет содержит богатые возможности для формирования общественных навыков учащихся, что создает основу для целостного развития личности.

Непосредственная связь движения с музыкой просматривается на всем этапе. Учащиеся должны усвоить понятия «ритм», «счет», «размер», узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать выступления и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы. Каждый танец имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране и у какого народа он произошел. Условия и обычаи, характер и темперамент народа, его костюм, отражаются в танце.

В программе широко используются коллективные и индивидуальные методы работы с учащимися: беседа, рассказ, игра, метод погружения в образ, показ видеоматериалов. В объединении используется система развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности. Это происходит через постановку и реализацию следующих положений:

- выявить, учесть и развить творческие способности;
- приобщить учащихся к многообразной творческой деятельности с выходом на конкретный продукт;
- обучить творческой деятельности;
- ознакомить с приемами творческого воображения;
- воспитать общественно-активную творческую личность, способную приумножить общественную культуру.

VI. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ (КОНТРОЛЯ) И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

На протяжении процесса обучения ведется контроль эффективности работы учащихся по результатам выполнения танцевальных упражнений, дефиле. Для этого обращают особое внимание на грамотность и выразительность исполнения движений, на эмоциональное состояние учащихся. Танцевальная пластика оценивается по соответствию поставленной задаче, технической и эстетической стороне исполнения. В конце учебного года подводятся итоги освоения программы учащимися, проводится диагностика, составляется мониторинг учебного года.

Программа предполагает различные формы контроля промежуточных и конечных результатов:

- наблюдение педагога в ходе занятий;

- анализ подготовки и участия учащихся объединения в мероприятиях Центра детского творчества;
- оценка зрителей, членов жюри;
- анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах.

Отслеживание результатов в творческом объединении направлено на получение информации о знаниях, умениях и навыках учащихся и на определение эффективности педагогического процесса. Оно должно обеспечивать взаимодействие внешней обратной связи (контроль педагога) и внутренней (самоконтроль учащихся). Целью отслеживания и оценивания результатов обучения является содействие воспитанию у учащихся ответственности за результаты своего труда, критического отношения к достигнутому, привычки к самоконтролю и самонаблюдению, что формирует навык самоанализа.

Для проверки знаний, умений и навыков в студии эстрадного танца «Дежавю» используются такие виды и методы контроля как:

Вводная аттестация (предварительная диагностика учащихся 1 года обучения) направлен на выявление требуемых на начало обучения знаний и умений, дает информацию об уровне подготовки учащихся (приложение 1).

Полугодовая аттестация – проводится в конце первого полугодия (приложение 2).

Годовая аттестация – проводится в конце года обучения. Здесь целесообразно использовать участие в конкурсах, концертах, итоговых и открытых занятиях (приложение 3).

Аттестация по итогам освоения программы проводится по итогам освоения программы.

К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого учащегося;
- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению;
- всесторонность, т.е. должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков учащихся;
- дифференцированный подход.

Формами отслеживания результата творческой деятельности являются обсуждение, анализ участия детей в конкурсах, концертах, фестивалях и смотрах различного уровня, самооценка обучаемых, опрос родителей, контрольные задания, а также анализ открытых занятий.

Диагностика результатов работы по программе связана с демонстрацией достижений учащихся на отчетных концертах, конкурсах, открытых занятиях и т.д.

Главный показатель – личностный рост каждого ребенка, его творческих способностей, усвоение материала, воспитание и развитие навыков творческой, самостоятельной работы, развитие умения творчески реализоваться на сцене, формирование эстетического вкуса.

Подведение итогов реализации программы проводится путем организации выступлений различного уровня.

**VII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ
(ПЕЧАТНЫЕ И ЭЛЕКТРОННЫЕ ИНФОРМАЦИОННЫЕ
И ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ)**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – М. – Л., 1964
2. Балет: энциклопедия. – М.: Советская энциклопедия, 1981
3. Дойч Д. Психология музыки. Нью-Йорк, 1982
4. Коллиер Д. Становление джаза. – М., 1984
5. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. – Л., 1968
6. Мейнелъ К., Шнабель Г. Учение о движении – спортивная моторика. Берлин, 2001
7. Мехлинг Г., Эффенберг А. Перспективы аудиомоторики / Практически ориентированное учение о движении, как прикладная спортивная моторика.
8. Лейпцигские спортивно-научные статьи, № 5, 1999
9. Никитин В. Модерн-джаз танец: начало обучения. – М., 2000
10. Таут Г., Райтбун Н., Миллер Р. Музыка в сравнении с метрономом в ритмической двигательной задаче. Университет штата Колорадо, № 5, 1995
11. Хекельман А., Блазер П. Методы квантитативного анализа связки музыки и движения /Теории двигательного движения человека и их применение на практике. Спортивная кинетика, Т. 98, 1997
12. Хохмут Г. Биомеханика спортивных движений. Берлин, 1982
13. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М., 1985

Вводная аттестация проводится для оценки начальных природных данных учащегося.

В качестве оценки знаний, умений и навыков принимается система уровней: «высокий», «средний», «низкий».

Критерии оценки знаний учащихся:

Уровень «высокий» - учащийся обнаружил систематическое и глубокое знание программных предметов, умеет свободно и самостоятельно выполнять задания, предусмотренные программой, проявивший творческие способности, стабильно показывающий высокую результативность участия в конкурсах и фестивалях.

Уровень «средний» - учащийся обнаружил хорошее знание программных предметов, умеет свободно выполнять задания, предусмотренные программой, проявивший творческие способности, показывающий результативность участия в конкурсах и фестивалях.

Уровень «низкий» - учащийся обнаружил неполное знание программных предметов, умеет с помощью педагога выполнять задания, предусмотренные программой

Критерии оценивания:

- физическая подготовка;
- музыкальный слух;
- актёрские способности.

Высокий уровень освоения	Средний уровень освоения	Низкий уровень освоения
Максимально правильно исполняет все упражнения, выполняет полные шпагаты по всем направлениям. Отжимания и планки в комбинации на выносливость выполнены в нужном количестве и продолжительны по времени в своём исполнении. Наклоны корпуса и «мосты» выполнены легко, технически правильно с хорошим сгибанием корпуса назад. Учащийся «слышит» музыку, выполняет движения чётко, согласно музыкальному ритму. Использует актёрские способности.	Правильное исполнение некоторых упражнений, больше половины из всего комплекса. Отжимания и планки в комбинации на выносливость выполнены в недостаточном объёме с техническими нарушениями. Наклоны корпуса и «мосты» выполнены легко, технически частично правильно в зависимости от вариации исполнения. Учащийся на среднем уровне попадает в такт музыки, выполняя хореографические движения. Частично задействует актёрские способности.	Большинство упражнений выполнено технически неправильно. Отжимания и планки в комбинации на выносливость выполнены с ошибками и прерыванием комбинации в процессе исполнения (падает корпус, отжимания слабые). Музыка «слышит» плохо, не попадает в такт, выполняя хореографические упражнения. Не использует актёрские способности.

Полугодовая аттестация проводится в форме открытых занятий.

При прохождении полугодовой аттестации учащийся должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями, такими как:

- знание основных элементов классического, народного танцев;
- умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- умение ориентироваться на сценической площадке;
- умение самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- знание приемов правильного дыхания;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя.

Критерии оценивания

Система оценок	Уровень соответствия требованиям	Критерии
Высокий уровень	Полностью соответствует	Обучающийся осознанно и свободно владеет хореографическим текстом; танцевальные комбинации исполняет уверенно, выразительно, музыкально, без ошибок. Свободно владеет пластикой тела, демонстрирует эмоциональную выразительность, физическую готовность опорно-двигательного аппарата к дальнейшему обучению.
Средний уровень	Частично соответствует	Достаточно владеет пластикой тела, индивидуальной техникой, танцевальные композиции исполняет с несущественными ошибками, которые сам исправляет. Владеет умением сохранять рисунок танца. Демонстрирует развитость опорно-двигательного аппарата.
Низкий уровень	Удовлетворяет	Обучающийся слабо ориентируется в содержании материала; исполняет танцевальные композиции с существенными ошибками. Недостаточно владеет пластикой тела, индивидуальной техникой, манерой исполнения, опорно-двигательный аппарат развит слабо.

Годовая аттестация проводится в форме итоговых открытых занятий, отчётного концерта.

При прохождении годовой аттестации обучающийся должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями, такими как:

- движение по линии танца;
- движение по диагонали;
- построения и перестроения в колонну по одному, в пары и обратно, из колонны по два в колонну, по четыре и обратно, из колонны в шеренгу;
- комбинационные рисунки: круг, два круга, круг в круге, сужение и расширение круга, «звёздочка», «змейка», «воротца»;
- свободное размещение по залу;
- постановка корпуса;
- постановка головы;
- развитие навыка полного приседания, подъёма на полупальцы, прыжка;
- техника исполнения, движения, комбинаций;
- взаимодействие с партнёрами на сцене;
- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца.

Критерии оценивания

Система оценок	Уровень соответствия требованиям	Критерии
Высокий уровень	Полностью соответствует	<ul style="list-style-type: none"> • знание методики исполнения танцевальных движений; • грамотное исполнение движений, согласно методике; • умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения; • умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения; • эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.
Средний уровень	Частично соответствует	<ul style="list-style-type: none"> • знание методики исполнения танцевальных движений; • не совсем точное исполнение движений, согласно методике; • умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения; • умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего; • соответствует музыкального произведения; • не достаточно эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов

Низкий уровень	Удовлетворяет	<ul style="list-style-type: none"> • слабое знание методики исполнения танцевальных движений; • неграмотное исполнение движений, согласно методике; • слабое умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения; • слабое умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения; • незэмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.
----------------	---------------	--