

Отдел образования администрации города Рассказово

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества города Рассказово»

Рассмотрена и принята  
на заседании методического  
совета МБУДО ДДТ  
от «22» августа 2024 г.  
Протокол № 1

«Утверждаю».  
Директор МБУДО ДДТ  
Яковлева Е. П./  
Приказ № 70 от «22» августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Школа Терпсихоры»  
(разноуровневая)

Возраст обучающихся: 5-15 лет  
Срок реализации: 10 лет

Автор: Никитина Ольга Викторовна,  
Желтова Галина Николаевна -  
педагоги дополнительного образования

г. Рассказово, 2024

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>1. Учреждение</b>	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества города Рассказово»
<b>2. Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа Терпсихоры»
<b>3. Сведения об авторе:</b>	
<b>3.1. Ф.И.О., должность, образование, категория</b>	<b>Никитина Ольга Викторовна</b> – педагог дополнительного образования, высшее образование, высшая квалификационная категория <b>Желтова Галина Николаевна</b> – педагог дополнительного образования, высшее образование, первая квалификационная категория
<b>4. Сведения о программе:</b>	
<b>4.1. Нормативная база:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;</li> <li>● Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196);</li> <li>● «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ОО дополнительного образования детей» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 20.08.2014 г. Регистрационный № 33660)</li> <li>● Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844.</li> </ul>
<b>4.2. Область применения</b>	Дополнительное образование
<b>4.3. Направленность</b>	Художественная
<b>4.4. Тип программы, вид программы</b>	Авторская, разноуровневая
<b>4.5. Целевая направленность программы</b>	Образовательная
<b>4.6. Возраст обучающихся по программе</b>	5 – 15 лет

## **Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Среди множества форм воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцами учат понимать и создавать прекрасное, развивают образное мышление и фантазию. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений, формирует художественное «я» ребенка.

**Направленность программы** – художественная.

**Уровень образования** – дополнительное образование.

**Уровень освоения программы:** разноуровневая.

**Новизна** программы заключается в том, что она охватывает почти все направления современной хореографии, а также знакомит с основами импровизации, развивает творческую инициативу и воображение.

**Актуальность** программы определяется тем, что в настоящее время велик социальный заказ на образовательные услуги в области хореографии. Ни одно праздничное мероприятие не обходится без красочных танцевальных композиций. Такой интерес и востребованность в дополнительных образовательных услугах художественно-эстетического направления нацеливает нас на стремление к совершенствованию и развитию, что привело к созданию образовательной программы «Школа Терпсихоры».

**Педагогическая целесообразность.** Занятия хореографией вырабатывают такие нравственные качества обучающихся как трудолюбие, дисциплина, коллективизм, товарищеская взаимопомощь, умение самостоятельно мыслить; дают организму физическую нагрузку, равную сочетаниям нескольким видам спорта, оказывают положительное воздействие на здоровье.

**Отличительной особенностью** программы «Школа Терпсихоры» от других образовательных программ дополнительного образования детей по хореографии является то, что, наряду с традиционными методами, в учебно - воспитательном процессе используется нетрадиционный метод хореокоррекции.

**Адресат программы** - программа рассчитана на детей в возрасте от 5 до 15 лет. Группы состоят из учащихся разного возраста и пола. Условия приема детей на 1-2 года обучения в свободной форме.

По программе могут обучаться дети с ОВЗ. Обучение детей с ограниченными возможностями здоровья ведется с учетом их индивидуальных особенностей и психофизических возможностей:

- разработка гибкой системы оценивания каждого ребенка;

- изучение возможностей дидактического материала при организации образовательного процесса;
- совершенствование технологий при обучении обучающихся с ОВЗ.

**Условия набора учащихся** - для обучения на принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний); на базовый и углубленный уровни обучения существует отбор на основании тестирования, наличия базовых знаний в области хореографии.

**Количество учащихся** в объединении зависит от направленности программы, определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН.

Занятия в учебном объединении проводятся в группах по 10-16 человек в сопровождении концертмейстера.

Численный состав учащихся в объединении может быть уменьшен при включении в него учащихся с ограниченными возможностями здоровья и (или) детей-инвалидов, инвалидов. Уменьшение числа учащихся в группе на втором и третьем годах обучения объясняется увеличением объема и сложности изучаемого материала.

**Объем и срок освоения программы** - 10 лет. Она включает в себя:

стартовый уровень – 1- 2 год обучения, базовый уровень – 3 – 8 год обучения, углубленный уровень – 9 – 10 год обучения, каждый из которых решает специфические задачи.

На углубленном уровне обучения возможно применение индивидуальных форм работы с детьми по учебному плану программы.

Режим занятий:

1-ый год обучения – 144 ч.

2-ой год обучения – 216 ч.

3 – 10 год обучения – 216 ч.

**Стартовый уровень: 2 года обучения**  
**дети 5 – 6 лет**

Развитие природных хореографических способностей, чувства ритма, музыкальности. Создание условий для пробуждения творческих способностей каждого ребенка. Правильная постановка корпуса, освоение простейших движений классического танца (партерная гимнастика). Основной педагогической технологией является игра.

**Базовый уровень: 6 лет обучения**  
**возраст 7 – 9 лет**

Развитие познавательной мотивации. Основы классического и народного танца, первоначальные навыки работы у станка. Создание условий для индивидуального развития особо одарённых детей. Основная педагогическая технология – репродуктивная деятельность с элементами творчества и игры.

**возраст 10 – 11 лет**

Создание условий для приобретения опыта творчества. Развитие хореографических навыков: освоение базовых принципов, лексики классического, народного и современного эстрадного танца.

**возраст 12 – 13 лет**

Развитие творческих свойств личности. Развитие и совершенствование специальных танцевальных способностей. Импровизация. Основные педагогические технологии – сочетание коллективных форм работы с индивидуальными, самостоятельная творческая деятельность.

**Углубленный уровень: 2 года обучения**

**возраст 14 – 15 лет**

Совершенствование хореографического мастерства. Знакомство с основными законами композиции и строения хореографического произведения, законами драматургии. Индивидуальная и коллективная творческая деятельность.

**Основные разделы программы:**

- Партерная гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Спортивная гимнастика
- Ритмика
- Музыкальная азбука
- Классический танец
- Народный танец
- Эстрадный танец
- Историко-бытовой танец
- Информационный

На каждом этапе обучения содержательная часть этих разделов усложняется.

Партерная гимнастика – один из начальных разделов в обучении хореографии, предусматривает занятия на полу, главная задача - укрепление мышц спины и брюшного пресса.

Дыхательная гимнастика – предназначена для формирования навыков распределения и восстановления дыхания.

Спортивная гимнастика – обучение основным элементам (от «Мостика» и «Коробочки», до «Стойки» и «Переворотов»).

Ритмика – раздел включает музыкальные игры и музыкально-ритмические упражнения.

Музыкальная азбука – знакомство с музыкальной и хореографической терминологией.

Классический танец – освоение базовых принципов и лексики классического танца, работа у станка.

Народный танец – освоение базовых принципов и лексики танцев народов мира.

Эстрадный танец – включает в себя знакомство и освоение современных танцевальных направлений: модерн, джаз, афро – джаз, хип – хоп, техно. Знакомство с техникой «свободного танца».

Историко-бытовой танец – знакомит с основными жанрами, стилями и манерой исполнения танцев различных эпох.

Информационный – теоретический материал о хореографическом искусстве, выдающихся балетмейстерах и танцовщиках.

### **Формы и режим занятий**

Занятия в учебном объединении проводятся в группах по 10 -16 человек в сопровождении концертмейстера.

1-ый год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (45 мин.+ 45 мин. с перерывом 5 мин.)

2-ой год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа (45 мин.+ 45 мин. с перерывом 5 мин.);

3 – 10 год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа (45 мин.+ 45 мин. с перерывом 5 мин.)

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает теоретическая часть.

**Матрица разноуровневой образовательной программы «Школа Терпсихоры»**

<b>Уровни</b>	<b>Критерии</b>	<b>Применяемые методы и технологии</b>	<b>Результаты</b>	<b>Специфика учебной деятельности</b>
<b>Стартовый</b>	<p><b>Предметные:</b> Знакомство с основами и терминологией эстрадного и классического танцев. Освоения базовых элементов эстрадного танца. Навыки коллективного исполнения хореографических номеров. Формирование чувства ритма и музыкальности, координации движений и пластики тела.</p>	<p>Основной метод-объяснительно-иллюстративный. Наряду с ним используются наглядные, словесные методы. Репродуктивный метод и метод аналогий.</p>	<p><b>Предметные:</b> Знание основных этапов развития современной хореографии, жанров и стилей. Знание базовых элементов и терминологии эстрадного и классического танцев. Овладение основными навыками коллективного исполнения хореографических номеров. Ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков, определять характер музыки и темп. Владеть навыками предмета «партерная гимнастика», красиво и правильно исполнять танцевальные элементы и применять их в свободных композициях, этюдах и играх.</p>	<p><b>Дифференцированные задания</b> Дифференцированный учебный материал по соответствующим уровням предлагается в разных формах (для учащихся). Предусмотрены разные степени сложности учебного материала, содержание каждого из последующих уровней усложняет содержание предыдущего уровня. Участие в концертной деятельности и конкурсах на уровне учреждения.</p>
	<p><b>Метапредметные:</b> Развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений. Самостоятельность, дисциплинированность, общительность, умение самостоятельно контролировать учебные действия, развитость навыков сотрудничества.</p>		<p><b>Метапредметные:</b> Умения выразительно и осмысленно исполнять танцевальные движения. Формирование умений постановки учебной задачи и её успешного решения, работы с информацией, контроля и оценки результатов деятельности, владение навыками сотрудничества с учащимися и педагогом.</p>	

	<p><b>Личностные:</b> Формирование культуры общения в социуме и устойчивого интереса к хореографическому искусству. Навыки здорового образа жизни, культуры поведения и коммуникативные навыки.</p>		<p><b>Личностные:</b> Устойчивая мотивация и познавательный интерес к современному танцу и хореографической деятельности. Готовность и способность к саморазвитию. Формирование культуры поведения. Приобретение навыков коммуникативного общения в коллективе.</p>	
<b>Базовый</b>	<p><b>Предметные:</b> Усвоение специальной терминологии и техники современного эстрадного танца в большем объеме и уровне сложности. Знакомство с новыми направлениями современной хореографии: хип-хоп; «джаз», джаз – модерн. Совершенствование техники исполнения. Знакомство со структурой хореографической композиции и средствами создания образа в хореографии. Навыки актерского мастерства и импровизации. Устойчивые знания экзерсиса классического танца.</p>	<p>Основной метод обучения: репродуктивный. Наряду с ним используются наглядный, объяснительно-иллюстративный метод, эмоциональный метод и концентрический метод.</p>	<p><b>Предметные:</b> Устойчивое знание специальной терминологии и техники современных танцев. Приобретение учащимися базовых знаний в современных направлениях танца. Овладение основными навыками исполнения разнообразных стилей современных танцев (эстрадный, хип-хоп, стрит денс, джаз), композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине. Знание базовых элементов и отличительных особенностей стиля. Овладение структурой хореографической композиции и образно-выразительными средствами хореографии. Овладение основными исследовательскими навыками. Умение применять актерское мастерство в хореографии. Знание экзерсиса классического танца.</p>	<p><b>Дифференцированные и творческие задания, концертная деятельность</b> В дифференцированные задания вводится творческая составляющая. Изучение нескольких танцевальных связок. Активное участие в концертной деятельности в составе ансамбля. Коллективная исследовательская деятельность. Участие в конкурсах муниципального уровня, регионального, всероссийского и международного уровней.</p>
	<p><b>Метапредметные:</b> Самостоятельность, ответственность, дисциплинированность. Развитие физических, моральных и волевых качеств у учащихся. Чувство стиля и красоты в исполнении движений.</p>		<p><b>Метапредметные:</b> Формирование умений целеполагания, самостоятельной организации и планирования при решении учебных задач. Формирование творческого мышления, навыки продуктивного сотрудничества.</p>	

	<p>Мотивация к потребности саморазвития учащихся, на дальнейший выбор пути своего профессионального развития. Фантазия, развитие творческой деятельности.</p>		<p>Овладение навыками выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений. Способность к саморазвитию, личностное самоопределение. Приобретение творческих способностей.</p>	
	<p><b>Личностные:</b> Целеустремленность, настойчивость, трудолюбие, внутренняя и внешняя культура учащихся. Знание культуры поведения и исполнения движений на сцене. Сформированная общественная активность личности, самостоятельность, коммуникабельность. Интерес к познавательной деятельности. Развитый художественный вкус.</p>		<p><b>Личностные:</b> Овладение навыками целеустремленности и настойчивости. Формирование культуры учащихся. Сформированы правила и нормы поведения и исполнения движений на сцене. Приобретение художественно-эстетического и нравственного развития. Приобретение интереса к познавательной деятельности. Формирование художественного вкуса.</p>	
<p>Углубленный</p>	<p><b>Предметные:</b> Усвоение специальной терминологии и основ современной хореографии в объёме, сопоставимом с предпрофессиональным уровнем образования. Знакомство с новыми танцевальными направлениями модерн и contemporary dance. Овладение отличительными особенностями стиля, изучение теории и техники исполнения танца. Знакомство с дисциплинами современного танца (партеринг, слоу и партнеринг). Навыки контактной импровизации и эмоциональной</p>	<p>Доминирующим методом обучения является: частично-поисковый метод обучения. Словесные, наглядные, практические, Технология оценивания, проблемно-диалогическая</p>	<p><b>Предметные:</b> Умение владеть специальной терминологией современного танца. Знание основ хореографической деятельности. Осознанное развитие хореографических способностей. Овладение основными навыками техники исполнения и отличительными особенностями танца модерн и contemporary dance. Знание дисциплин современной хореографии. Формирование навыков контактной импровизации и актерского мастерства. Овладение навыками коллективного исполнения танцевальных элементов, умение использовать их в разнообразных формах творческой и концертной деятельности. Овладение навыками</p>	<p><b>Исследовательская, исполнительская, концертно-просветительская деятельность</b> Изучение нескольких направлений танца. Творческие задания. Наставничество при работе в младших группах. Активное участие в концертной деятельности в составе ансамбля и сольно. Индивидуальная исследовательская деятельность. Индивидуальный образовательный маршрут.</p>

<p>раскрепощённости в танцевальной практике. Навыки коллективного и сольного исполнительства. Сформированность исследовательских навыков.</p>	<p>технология, творческий и проективный методы.</p>	<p>сольного исполнительства. Умение применять навыки исследовательской и проектной деятельности.</p>	
<p><b>Метапредметные:</b> Инициативность, креативность, общительность. Сформированные навыки музыкальности и эмоциональной выразительности. Умение точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств. Навыки импровизации и искусства сочинения композиций. Художественные способности, сценического артистизма, фантазии и образной памяти. Умения использовать приобретенные знания и навыки, самостоятельно их концентрировать и выражать в творческой деятельности.</p>		<p><b>Метапредметные:</b> Овладение навыками контроля и самоконтроля, самокритичность в оценке своих способностей. Овладение навыками импровизации. Знание выразительных средств хореографии, умение передать образ по средствам современных направлений танцев. Знание танцевальной драматургии и композиции танца. Умения самостоятельно строить хореографические композиции. Умение самостоятельно организовать и планировать деятельность, выбирать способы решения учебных задач, анализировать и структурировать полученную информацию, контролировать и оценивать свои действия и результаты работы, развитые коммуникативные компетенции и владение навыками групповой деятельности.</p>	
<p><b>Личностные:</b> Трудолюбие и усердие в достижении творческих результатов, проявления собственной гражданской позиции. Сформированность художественного вкуса, художественно-творческого мышления и интереса к искусству. Чувства этики, вежливости и такта. Раскрытие индивидуальности каждого обучающегося.</p>		<p><b>Личностные:</b> Настойчивость и самоотдача, коллективная и личная ответственность за поручение дело. Приобретение способности к саморазвитию, личностное самоопределение. Приобретение чувства стиля и вкуса. Навыки общения, коммуникативные компетентности. Повышение культурного уровня.</p>	

## 1.2. Цель и задачи программы

Цель - развитие хореографических, музыкально – творческих способностей и эмоционального мира обучающихся через приобщение к различным видам танцевальных направлений.

### Задачи:

Год обучения	Образовательные:	Развивающие:	Воспитательные:
1-2	<ul style="list-style-type: none"><li>• обучить основам партерной гимнастики;</li><li>• познакомить со специальной терминологией;</li><li>• формировать музыкально – двигательные навыки и умения;</li><li>• научить основам правильной постановки корпуса, ног, положений рук;</li><li>• познакомить с основными музыкальными размерами, ритмами и темпами.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• способствовать укреплению здоровья детей: развивать опорно-двигательный аппарат, содействовать в профилактике плоскостопия;</li><li>• развивать физические данные детей посредством занятий партерной гимнастикой;</li><li>• развивать чувство ритма, память, внимание;</li><li>• развивать координационные двигательные навыки;</li><li>• формировать умение слушать музыку, понимать её настроение, характер, эмоциональную отзывчивость;</li><li>• способствовать психологическому раскрепощению;</li><li>• развивать индивидуальные творческие способности.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• воспитывать аккуратность, пунктуальность и дисциплинированность;</li><li>• воспитывать музыкальный вкус;</li><li>• воспитывать культуру поведения и общения в детском коллективе.</li></ul>
3-4	<ul style="list-style-type: none"><li>• познакомить детей с основами классического и народного танца;</li><li>• научить различать характер в музыке;</li><li>• обучить первоначальным навыкам работы у станка;</li><li>• создать условия для пробуждения творческих способностей детей;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• развивать возрастающий интерес к хореографическому искусству;</li><li>• развивать ритмические и танцевальные умения и навыки;</li><li>• развивать исполнительскую культуру с учётом возрастных психофизических и индивидуальных особенностей детей;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• воспитывать силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца;</li><li>• воспитывать чувство коллективизма, любовь к танцу;</li><li>• воспитывать трудолюбие, терпение.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• научить правильно держаться и ориентироваться на сцене;</li> <li>• научить определять жанр в музыке, ее характер, темп, ритм, особенности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать умение слушать музыку, понимать её настроение, характер, эмоциональную отзывчивость;</li> <li>• развивать мотивацию на творческую деятельность.</li> </ul>	
<b>5-6</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• освоить базовые принципы и лексику классического, народного и современного танца;</li> <li>• познакомить с понятиями «танцевальный рисунок», «комбинация», «образ», «этюды» и др.;</li> <li>• познакомить с особенностями танцев XIX века.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать способность к анализу и самоанализу хореографической деятельности;</li> <li>• продолжать развивать координационные и хореографические навыки, укреплять мускулатуру тела;</li> <li>• продолжать развивать индивидуальные творческие способности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• воспитывать аккуратность, самостоятельность;</li> <li>• воспитывать культуру поведения и общения в детском коллективе;</li> <li>• воспитывать чувство эмпатии.</li> </ul>
<b>7-8</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• обучить основам импровизации, умению выражать пластическими средствами различные образы под специально выбранную музыку;</li> <li>• расширять представление о многообразии танцевальных направлений;</li> <li>• обучить умению практически применять актерское мастерство в танце;</li> <li>• продолжить освоение основных принципов и лексики классического, народного и современного танца.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать коммуникативные способности;</li> <li>• продолжать развивать физические данные воспитанников;</li> <li>• развивать выносливость, целеустремленность, выразительность в подаче образа, фантазии;</li> <li>• развивать музыкальный вкус и кругозор, возможность выражения через хореографические образы собственного восприятия музыки.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• воспитывать аккуратность, пунктуальность, дисциплинированность, эмпатию и коммуникативность;</li> <li>• воспитывать чувство ответственности у каждого ребенка за успех общего дела;</li> <li>• воспитывать вежливость, доброжелательность, уважительное отношение к процессу труда, волевые качества.</li> </ul>
<b>9-10</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• продолжать учить ориентироваться в ограниченном пространстве репетиционного зала, сцены, основных орнаментальных танцевальных рисунках-фигурах;</li> <li>• продолжать обучать умению практически применять актерское мастерство в танце, научить создавать танцевальные композиции;</li> <li>• познакомить с основными законами построения и драматургии хореографического</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать стремление к самовыражению и самообразованию;</li> <li>• развивать творческие способности, артистизм;</li> <li>• развивать устойчивый интерес к танцевальной культуре своего народа и народов мира;</li> <li>• создать условия для профессиональной ориентации.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• воспитывать, пунктуальность, дисциплинированность, эмпатию и коммуникативность;</li> <li>• формирование мотивационной потребности индивидуального здорового стиля поведения;</li> <li>• воспитать терпение, упорство в достижении цели, уважение к национальной культуре, чувство</li> </ul>

	произведения.		взаимопомощи.
--	---------------	--	---------------

**1.3. Содержание программы**  
**Учебный план**  
**Стартовый уровень**  
1 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Начальная диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	8	2	6	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	10	2	8	
1.3	Танец и музыка	6	2	4	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	8	2	6	
2.2	Основы акробатики	10	2	8	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	13	3	10	
3.2	Этюды	5	1	4	
3.3	Передача образа	6	2	4	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	7	1	6	
4.2	Этюды	5	1	4	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	9	1	8	
5.2	Этюды	-	-	-	
5.3	Передача характера	3	1	2	
<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой танец</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	Опрос, творческая

					работа
6.1	Основы бытового танца	12	2	10	
6.2	История костюма	-	-	-	
6.3	Этюды	-	-	-	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>22</b>	<b>-</b>	<b>22</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	8	-	8	
7.2	Этюды и миниатюры	4	-	4	
7.3	Основы импровизации	10	-	10	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	Зачет, конкурс
8.1	Развивающие игры	4	1	3	
8.2	Творческие задания	4	1	3	
8.3	Просмотр и анализ видеоматериалов	4	1	3	
8.4	Посещение концертов	4	1	3	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>28</b>	<b>116</b>	

2 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	13	3	10	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	13	3	10	
1.3	Танец и музыка	10	2	8	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>22</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	14	4	10	
2.2	Основы акробатики	16	4	12	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	18	4	14	
3.2	Этюды	10	2	8	
3.3	Передача образа	10	2	8	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	10	2	8	
4.2	Этюды	8	2	6	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	12	2	10	
5.2	Этюды	4	1	3	
5.3	Передача характера	2	1	1	
<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
6.1	Основы бытового танца	14	2	12	
6.2	История костюма	1	1	-	

6.3	Этюды	3	1	2	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>40</b>	<b>-</b>	<b>40</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	18	-	18	
7.2	Этюды и миниатюры	10	-	10	
7.3	Основы импровизации	12	-	12	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	Зачет, конкурс
8.1	Развивающие игры	4	2	2	
8.2	Творческие задания	4	2	2	
8.3	Просмотр и анализ видеоматериалов	2	1	1	
8.4	Посещение концертов	2	1	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>46</b>	<b>170</b>	

**Базовый уровень: 3 год обучения**

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	13	3	10	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	13	3	10	
1.3	Танец и музыка	10	2	8	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>30</b>	<b>8</b>	<b>22</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	14	4	10	
2.2	Основы акробатики	16	4	12	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>30</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	18	4	14	
3.2	Этюды	10	2	8	
3.3	Передача образа	10	2	8	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	10	2	8	
4.2	Этюды	8	2	6	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	12	2	10	
5.2	Этюды	4	1	3	
5.3	Передача характера	2	1	1	
<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
6.1	Основы бытового танца	14	2	12	
6.2	История костюма	1	1	-	

6.3	Этюды	3	1	2	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>40</b>	-	<b>40</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	18	-	18	
7.2	Этюды и миниатюры	10	-	10	
7.3	Основы импровизации	12	-	12	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	Зачет, конкурс
8.1	Развивающие игры	4	2	2	
8.2	Творческие задания	4	2	2	
8.3	Просмотр и анализ видеоматериалов	2	1	1	
8.4	Посещение концертов	2	1	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>46</b>	<b>170</b>	

## 4 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	11	3	8	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	13	3	10	
1.3	Танец и музыка	8	2	6	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	13	3	10	
2.2	Основы акробатики	17	3	14	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>38</b>	<b>6</b>	<b>32</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	15	3	12	
3.2	Этюды	14	2	12	
3.3	Передача образа	9	1	8	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>17</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	12	2	10	
4.2	Этюды	5	2	3	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	11	1	10	
5.2	Этюды	3	1	2	
5.3	Передача характера	2	-	2	
<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой танец</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	Опрос, творческая работа
6.1	Основы бытового танца	13	1	12	

6.2	История костюма	2	2	-	
6.3	Этюды	5	1	4	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>45</b>	<b>-</b>	<b>45</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	18	-	18	
7.2	Этюды и миниатюры	9	-	9	
7.3	Основы импровизации	18	-	18	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	Зачет, конкурс
8.1	Развивающие игры	5	3	2	
8.2	Творческие задания	5	3	2	
8.3	Просмотр и анализ видеоматериалов	1	-	1	
8.4	Посещение концертов	1	-	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>	

5 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	11	3	8	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	13	3	10	
1.3	Танец и музыка	8	2	6	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	13	3	10	
2.2	Основы акробатики	17	3	14	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>38</b>	<b>6</b>	<b>32</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	15	3	12	
3.2	Этюды	14	2	12	
3.3	Передача образа	9	1	8	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>17</b>	<b>4</b>	<b>13</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	12	2	10	
4.2	Основы джазового танца	-	-	-	
4.3	Этюды	5	2	3	
4.4	Основы модерн танца	-	-	-	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	11	1	10	
5.2	Этюды	3	1	2	
5.3	Передача характера	2	-	2	
<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	Опрос,

	<b>танец</b>				творческая работа
6.1	Основы бытового танца	13	1	12	
6.2	История костюма	2	2	-	
6.3	Этюды	5	1	4	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>45</b>	<b>-</b>	<b>45</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	18	-	18	
7.2	Этюды и миниатюры	9	-	9	
7.3	Основы импровизации	18	-	18	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	Зачет, конкурс
8.1	Развивающие игры	5	3	2	
8.2	Творческие задания	5	3	2	
8.3	Просмотр и анализ видеоматериалов	1	-	1	
8.4	Посещение концертов	1	-	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>40</b>	<b>176</b>	

## 6 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>28</b>	<b>6</b>	<b>22</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	8	2	6	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	13	3	10	
1.3	Танец и музыка	7	1	6	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	14	2	12	
2.2	Основы акробатики	16	2	14	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>38</b>	<b>4</b>	<b>34</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	16	2	14	
3.2	Этюды	11	1	10	
3.3	Передача образа	11	1	10	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	4	1	3	
4.2	Основы джазового танца	5	1	4	
4.3	Этюды	4	1	3	
4.4	Основы модерн танца	5	1	4	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>21</b>	<b>3</b>	<b>18</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	14	2	12	
5.2	Этюды	5	1	4	
5.3	Передача характера	2	-	2	

<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой танец</b>	<b>17</b>	<b>3</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
6.1	Основы бытового танца	12	2	10	
6.2	История костюма	1	1	-	
6.3	Этюды	4	-	4	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>51</b>	<b>-</b>	<b>51</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	17	-	17	
7.2	Этюды и миниатюры	17	-	17	
7.3	Основы импровизации	17	-	17	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	Зачет, конкурс
8.1	Развивающие игры	2	1	1	
8.2	Творческие задания	4	3	1	
8.3	Просмотр и анализ видеоматериалов	1	-	1	
8.4	Посещение концертов	1	-	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>32</b>	<b>184</b>	

## 7 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>28</b>	<b>6</b>	<b>22</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	8	2	6	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	13	3	10	
1.3	Танец и музыка	7	1	6	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	14	2	12	
2.2	Основы акробатики	16	2	14	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>38</b>	<b>4</b>	<b>34</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	16	2	14	
3.2	Этюды	11	1	10	
3.3	Передача образа	11	1	10	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	4	1	3	
4.2	Основы джазового танца	5	1	4	
4.3	Этюды	4	1	3	
4.4	Основы модерн танца	5	1	4	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>21</b>	<b>3</b>	<b>18</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	14	2	12	
5.2	Этюды	5	1	4	
5.3	Передача характера	2	-	2	
<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой танец</b>	<b>17</b>	<b>3</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая

					работа
6.1	Основы бытового танца	12	2	10	
6.2	История костюма	1	1	-	
6.3	Этюды	4	-	4	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>51</b>	<b>-</b>	<b>51</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	17	-	17	
7.2	Этюды и миниатюры	17	-	17	
7.3	Основы импровизации	17	-	17	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	Зачет, конкурс
8.1	Развивающие игры	2	1	1	
8.2	Творческие задания	4	3	1	
8.3	Просмотр и анализ видеоматериалов	1	-	1	
8.4	Посещение концертов	1	-	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>32</b>	<b>184</b>	

## 8 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	7	1	6	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	10	4	6	
1.3	Танец и музыка	7	1	6	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	13	1	12	
2.2	Основы акробатики	15	1	14	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>40</b>	<b>4</b>	<b>36</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	16	2	14	
3.2	Этюды	15	1	14	
3.3	Передача образа	9	1	8	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	2	1	1	
4.2	Основы джазового танца	7	1	6	
4.3	Этюды	3	-	3	
4.4	Основы модерн танца	8	2	6	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	12	2	10	
5.2	Этюды	3	-	3	
5.3	Передача характера	1	-	1	

<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой танец</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	Опрос, творческая работа
6.1	Основы бытового танца	7	1	6	
6.2	История костюма	3	1	2	
6.3	Этюды	2	-	2	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>64</b>	<b>-</b>	<b>64</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	21	-	21	
7.2	Этюды и миниатюры	22	-	22	
7.3	Основы импровизации	21	-	21	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	Зачет, конкурс
8.1	Развивающие игры	-	-	-	
8.2	Творческие задания	4	3	1	
8.3	Просмотр и анализ видеоматериалов	1	-	1	
8.4	Посещение концертов	1	-	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>28</b>	<b>188</b>	

**Углубленный уровень: 9 год обучения**

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	7	1	6	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	10	4	6	
1.3	Танец и музыка	7	1	6	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	13	1	12	
2.2	Основы акробатики	15	1	14	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>40</b>	<b>4</b>	<b>36</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	16	2	14	
3.2	Этюды	15	1	14	
3.3	Передача образа	9	1	8	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	2	1	1	
4.2	Основы джазового танца	7	1	6	
4.3	Этюды	3	-	3	
4.4	Основы модерн танца	8	2	6	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	12	2	10	
5.2	Этюды	3	-	3	
5.3	Передача характера	1	-	1	

<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой танец</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	Опрос, творческая работа
6.1	Основы бытового танца	7	1	6	
6.2	История костюма	3	1	2	
6.3	Этюды	2	-	2	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>64</b>	<b>-</b>	<b>64</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	21	-	21	
7.2	Этюды и миниатюры	22	-	22	
7.3	Основы импровизации	21	-	21	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	Зачет, конкурс
8.1	Творческие задания	4	3	1	
8.2	Просмотр и анализ видеоматериалов	1	-	1	
8.3	Посещение концертов	1	-	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>28</b>	<b>188</b>	

## 10 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в программу</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Диагностика, анкетирование
<b>1.</b>	<b>Азбука танцевальных движений</b>	<b>22</b>	<b>4</b>	<b>18</b>	Опрос, творческая работа
1.1	Слушание и восприятие музыки	6	1	5	
1.2	Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения	10	2	8	
1.3	Танец и музыка	6	1	5	
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	Опрос, зачет
2.1	Пластика на полу	11	1	10	
2.2	Основы акробатики	13	1	12	
<b>3.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>42</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	Опрос, творческая работа
3.1	Основы классического танца	18	2	16	
3.2	Этюды	17	1	16	
3.3	Передача образа	7	1	6	
<b>4.</b>	<b>Эстрадный танец</b>	<b>24</b>	<b>3</b>	<b>21</b>	Опрос, творческая работа
4.1	Основы эстрадного танца	3	1	2	
4.2	Основы джазового танца	8	1	7	
4.3	Этюды	5	-	5	
4.4	Основы модерн танца	8	1	7	
<b>5.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	Опрос, творческая работа
5.1	Основы народного танца	14	2	1	
5.2	Этюды	3	-	3	
5.3	Передача характера	1	-	1	
<b>6.</b>	<b>Историко-бытовой</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	Опрос,

	<b>танец</b>				творческая работа
6.1	Основы бытового танца	7	1	6	
6.2	История костюма	2	1	1	
6.3	Этюды	1	-	1	
<b>7.</b>	<b>Композиция и постановка танца</b>	<b>68</b>	<b>-</b>	<b>68</b>	Зачет, творческая работа
7.1	Актерское мастерство	22	-	22	
7.2	Этюды и миниатюры	23	-	23	
7.3	Основы импровизации	23	-	23	
<b>8.</b>	<b>Творческая практика</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	Зачет, конкурс
8.1	Творческие задания	2	1	1	
8.2	Просмотр и анализ видеоматериалов	1	-	1	
8.3	Посещение концертов	1	-	1	
<b>9.</b>	<b>Элементарные сведения по анатомии</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	Опрос
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>22</b>	<b>194</b>	

## Содержание программы 1-2 год обучения

### **Введение в программу**

#### *Теория:*

знакомство с обучающимися;  
знакомство с планом учебной работы;  
правила техники безопасности;  
беседа «Здравствуй, Терпсихора».

#### *Практика:*

расстановка детей на свои места;  
разучивание поклона;  
начальная диагностика.

### **Раздел 1. Азбука танцевальных движений**

#### **Тема 1.1. Слушание и восприятие музыки**

##### *Теория:*

темп музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро);  
контрастная музыка (быстро – медленно, грустно – весело).

##### *Практика:*

выделение сильной доли;  
хлопки в темпе музыки (от медленного с ускорением);  
движения головы направо – налево, вверх – вниз (в разном характере и темпе музыки).

#### **Тема 1.2. Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения.**

##### *Теория:*

правила перестроения.

##### *Практика:*

разучивание построения «круг», равнение по линии;  
танцевальные шаги и ритмы (подражание животным: белочка, лисичка, цапля, медведь, зайчик, лошадка, лягушка, птичка, ласточка, пингвин, курочка, петушок);  
прыжки на двух ногах (имитация передвижения животных).

#### **Тема 1.3. Танец и музыка.**

##### *Теория:*

строение музыкального произведения (вступление, музыкальная фраза, музыкальный размер).

##### *Практика:*

правильная постановка корпуса (головы, рук, ног);  
вытягивание ноги на носочек;  
подъем на полупальцы по IV позиции ног;  
повороты направо – налево на носочках.  
разучивание музыкально – пространственных упражнений: «Свеча», «Мельница», «Носики»;  
раскрывание рук.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

### Тема 2.1. Пластика на полу.

#### *Теория:*

знакомство с партерной гимнастикой;  
правила положения корпуса на полу.

#### *Практика:*

упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;  
упражнение «Лодочка»;  
упражнение на пресс «Рыбка»;  
упражнение «Кузнечик»;  
упражнение «Бабочка»;  
упражнение на коррекцию осанки.

### Тема 2.2. Основы акробатики.

#### *Теория:*

технология выполнения упражнений.

#### *Практика:*

упражнение «Кошечка»;  
блок упражнений на растяжку;  
упражнение «Коробочка»;  
упражнение «Утюжок».

## **Раздел 3. Классический танец**

### Тема 3.1. Основы классического танца.

#### *Теория:*

знакомство с классическими позициями (первичные навыки);  
правильное расположение рук в I, II, III, подготовительной позиции;  
правильное расположение ног в I, II, III, IV, V, VI позиции.

#### *Практика:*

подготовительная позиция рук;  
I, II, III позиции рук;  
правильность перевода из позиции в позицию;  
перевод рук из позиции в позицию;  
позиции ног: I, II, III, IV, V, VI;  
перевод ног из позиции в позицию;  
постановка корпуса на середине зала;  
фиксирование ноги на носочек вперед;  
маленькие приседания по I позиции ног.

### Тема 3.2. Этюды.

#### *Теория:*

правила постановки корпуса на середине и у станка;

#### *Практика:*

танцевальные этюды: «Полька бабочка», «Город цветов».

### Тема 3.3. Передача образа.

#### *Теория:*

беседа: «Красота и грация».

*Практика:*

выполнение движений под музыку (в нужном темпе);  
работа над образом.

#### **Раздел 4. Эстрадный танец**

Тема 4.1. Основы эстрадного танца.

*Теория:*

беседа «Современный эстрадный танец»;  
просмотр и обсуждение видеозаписей выступления ансамбля «Тодес».

*Практика:*

эстрадно – танцевальная разминка;  
разучивание эстрадных связок;  
ритмические прыжки.

Тема 4.2. Этюды.

*Теория:*

беседа: «Чем эстрадный танец отличается от других танцев»;  
стили и направления танцевального искусства.

*Практика:*

разучивание движений под современную музыку.

#### **Раздел 5. Народный танец**

Тема 5.1. Основы народного танца.

*Теория:*

правила постановки корпуса в народном танце;  
правила постановки рук;  
правила постановки ног.

*Практика:*

стопа на пятку;  
«ковырялочка» (комбинация с притопом);  
притопы;  
боковой приставной шаг.

Тема 5.2. Этюды.

*Теория:*

начальные сведения о народном танце (образы, рисунки).

*Практика:*

разучивание народного поклона;  
разучивание миниатюр «Матрешки», «Яблочко».

Тема 5.3. Передача характера.

*Теория:*

разнообразие народного танца «Кадриль», «Барыня», «Яблочко», «Хоровод».

*Практика:*

образ русской матрешки;  
импровизация под музыку «Танцы народов мира».

## **Раздел 6. Историко-бытовой танец**

### Тема 6.1. Основы бытового танца.

#### *Теория:*

правила постановки корпуса;  
знакомство с фигурами.

#### *Практика:*

легкий шаг с носка;  
шаг на полупальцах;  
легкий бег на полупальцах;  
подскоки;  
шаг с подскоком;  
разучивание маршевых шагов.

### Тема 6.2. История костюма.

#### *Теория:*

разнообразие танцевальных костюмов разных эпох;

### Тема 6.3. Этюды.

#### *Теория:*

отличие танцевального шага от бытового.

#### *Практика:*

разучивание поклона: в польке, в вальсе, в марше;  
разучивание перестроений.

## **Раздел 7. Композиция и постановка танца**

### Тема 7.1. Актерское мастерство.

#### *Практика:*

ролевая игра «Крокодильчики»;  
игра «Моя любимая игрушка».

### Тема 7.2. Этюды и миниатюры.

#### *Практика:*

танец «Снежинки»;  
миниатюра «Колокола»;  
фрагмент из танца «Ветер перемен».

### Тема 7.3. Основы импровизации.

#### *Практика:*

танцевальный этюд «Мой котенок»;  
создание образа.

## **Раздел 8. Творческая практика**

### Тема 8.1. Развивающие игры.

#### *Теория:*

правила игры «Зоопарк».

#### *Практика:*

игра «Зоопарк»;  
разучивание игр на внимание;  
разучивание игр на быстроту реакции и подвижность.

Тема 8.2. Творческие задания.

*Теория:*

правила игры: «День и ночь»;

правила поведения в подвижных играх.

*Практика:*

игра «День и ночь» (с творческим заданием);

соревнования и эстафеты (по командам).

Тема 8.3. Просмотр и анализ видеоматериалов.

*Теория:*

просмотр видеоматериала с открытого занятия;

просмотр видеоматериала концертного выступления.

*Практика:*

анализ и работа над отдельными фрагментами.

Тема 8.4. Посещение концертов.

*Теория:*

просмотр концертных программ с целью приобретения опыта и расширения кругозора.

**Раздел 9. Элементарные сведения по анатомии**

*Теория:*

лекция «Как избежать травм на занятиях хореографии»;

понятие выворотность, стопа, кисть;

функции дыхания;

проверка пульса.

### **Введение в программу**

#### *Теория:*

знакомство с учебным планом;  
правила техники безопасности;  
беседа с детьми и родителями;  
беседа «Классический танец».

#### *Практика:*

расстановка детей на свои места;  
разучивание поклона;  
начальная диагностика.

### **Раздел 1. Азбука танцевальных движений**

#### Тема 1.1. Слушание и восприятие музыки.

##### *Теория:*

сведения о музыкальной грамоте;  
музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, 3/8;  
понятие «сильная доля».

##### *Практика:*

движения плеча и корпуса, подъем плеча в различном темпе и характере;  
поочередное выведение плеча вперед, наклоны корпуса вперед, назад;  
ходьба разного характера.

#### Тема 1.2. Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения.

##### *Теория:*

правила перестроения и сложных поворотов.

##### *Практика:*

упражнения на ориентировку в пространстве;  
построение в колонну по одному, по два, тройки, построение «Корзиночка»;  
круг, сужение и расширение круга. Построение «цепочка».

#### Тема 1.3. Танец и музыка.

##### *Теория:*

особенности дыхания при выполнении танцевальных упражнений;  
определение и передача в движении характера музыки (весёлая, грустная),  
темпа (быстрый, медленный), динамических оттенков (тихо, громко);  
строение музыкального произведения (вступление, запев, припев);  
жанров музыки (марш, песня, танец).

##### *Практика:*

работа по точкам;  
круг ногой по полу от себя и к себе;  
раскрывание рук вперед, в сторону, с поворотом головы;  
мелкий ритмический бег;  
повороты в комбинациях;  
упражнения для выворотности ног и танцевального шага.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

### Тема 2.1. Пластика на полу.

#### *Теория:*

правила работы на полу;  
дыхание на партерной гимнастике.

#### *Практика:*

упражнение на укрепление мышц брюшного пресса;  
упражнение на исправление осанки;  
упражнение на выворотность голеностопного сустава;  
упражнение «Рыбка»;  
упражнение «Кошечка»;  
упражнение «Бабочка».

### Тема 2.2. Основы акробатики.

#### *Теория:*

техника выполнения акробатических упражнений.

#### *Практика:*

упражнение «Мостик» из положения лежа на полу;  
упражнение «Утюжок»;  
упражнение «Коробочка»;  
упражнение «Корзиночка»;  
упражнение на гибкость;  
упражнение на растяжку.

## **Раздел 3. Классический танец**

### Тема 3.1. Основы классического танца.

#### *Теория:*

беседа «Классический танец – основа хореографии»;  
правила постановки корпуса на середине у станка;  
выработка осанки, опоры и выворотности;  
позиции рук и ног.

#### *Практика:*

позиции рук: I, II, III, подготовительная. Перевод рук из позиции в позицию;  
позиции ног: I, II, III, IV, V, VI. Перевод через battement tendu;  
раскрывание рук по позициям с поворотом головы;  
повороты по диагонали;  
demi – plie по I, II позиции ног;  
battement tendu по I позиции ног;  
relive.

### Тема 3.2. Этюды.

#### *Теория:*

правила перехода от связки в комбинацию;  
составление этюдов.

#### *Практика:*

разучивание классического поклона;

простое port de bras;  
разучивание классических комбинаций.

Тема 3.3. Передача образа.

*Теория:*

беседа об образе в классических произведениях.

*Практика:*

раскрытие образа в вальсе Свиридова «Метель»;  
передача образа Золушки, Царевны Лебедь.

#### **Раздел 4. Эстрадный танец**

Тема 4.1. Основы эстрадного танца.

*Теория:*

беседа: «Специфика современной эстрады»;  
стили эстрадного танца.

*Практика:*

разучивание упражнения «Пружинка»;  
комбинации прыжков.

Тема 4.2. Этюды.

*Теория:*

просмотр видеоматериала с эстрадными постановками;  
посещение занятий других эстрадных коллективов.

*Практика:*

разучивание связок, движений испанского танца.

#### **Раздел 5. Народный танец**

Тема 5.1. Основы народного танца.

*Теория:*

позиции ног;  
положение рук;  
отличие классических позиций (рук и ног) от народных позиций.

*Практика:*

позиции ног: VI, III, IV;

позиции рук: I и VI;

повороты по кругу;

«ковырялочка»;

движение кисти.

Тема 5.2. Этюды.

*Теория:*

правила построения связок и этюдов.

*Практика:*

создание музыкально – хореографических этюдов разных жанров и направлений: народный, классический, стилизованный.

Тема 5.3. Передача характера.

*Теория:*

прослушивание и анализ русских народных песен.

*Практика:*

народный поклон;  
ритмические упражнения в музыкальных фрагментах: «Калинка», «Сударушка», «По полю».

## **Раздел 6. Историко-бытовой танец**

Тема 6.1. Основы бытового танца.

*Теория:*

выразительность движений;  
постановка позы.

*Практика:*

разучивание поклона;  
упражнение «Пике»;  
подскоки;  
боковые крестные шаги;  
галоп;  
шаг «Польки».

Тема 6.2. История костюма.

*Теория:*

сравнение костюмов народного и историко-бытового танца;  
красота и разнообразие костюмов XIX века.

Тема 6.3. Этюды.

*Теория:*

просмотр и анализ видеоматериала;  
элементы «Марша».

*Практика:*

разучивание «Польки»;  
разучивание «Марша».

## **Раздел 7. Композиция и постановка танца**

Тема 7.1. Актерское мастерство.

*Практика:*

создание образов: «Цыплята», «Лягушата», «Котята».

Тема 7.2. Этюды и миниатюры.

*Практика:*

разучивание фрагмента танца «Ветер перемен» (выход с бабочками).

Тема 7.3. Основы импровизации.

*Практика:*

творческие задания на музыкальные фрагменты «Матросы», «Околица».

## **Раздел 8. Творческая практика**

Тема 8.1. Развивающие игры.

*Теория:*

правила игр.

*Практика:*

детские развивающие игры: «В мире животных», «Цирк», «Подводный мир».

Тема 8.2. Творческие задания.

*Теория:*

алгоритм выполнения творческих заданий.

*Практика:*

творческий конкурс «Эти забавные животные».

Тема 8.3. Просмотр и анализ видеоматериалов.

*Практика:*

анализ и работа над отдельными фрагментами концертного выступления.

Тема 8.4. Посещение концертов.

*Практика:*

просмотр концертных программ с целью приобретения опыта и расширения кругозора.

## **Раздел 9. Элементарные сведения по анатомии**

*Теория:*

лекция «Как избежать травм на занятиях хореографии»;

беседа о строении человеческого тела и возрастных изменениях;

восстановление дыхания;

проверка пульса.

## **Введение в программу**

### *Теория:*

знакомство с учебным планом;  
правила техники безопасности;  
беседа «Искусство грации».

### *Практика:*

разучивание поклона;  
позиции рук, ног, головы, корпуса;  
начальная диагностика.

## **Раздел 1. Азбука танцевальных движений**

### Тема 1.1. Слушание и восприятие музыки.

#### *Теория:*

прослушивание фрагментов музыкальных произведений;  
музыкальная грамота.

#### *Практика:*

упражнения по развитию музыкальности;  
выделение сильной доли в движениях.

### Тема 1.2. Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения.

#### *Теория:*

ритмические рисунки в движении (сочетание четвертей и восьмых); правила выполнения перестроения «галочка», «прочес».

#### *Практика:*

ходьба разного характера;  
перестроения «галочка» вершиной к зрителю и обратно;  
«прочес» по линиям и по колоннам.

### Тема 1.3. Танец и музыка.

#### *Теория:*

динамические оттенки в музыке.

#### *Практика:*

составление комбинаций;  
ритмический бег;  
работа по точкам;  
полный круг ноги по полу.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

### Тема 2.1. Пластика на полу.

#### *Теория:*

правила выполнений упражнений на все группы мышц.

#### *Практика:*

упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;  
упражнение на улучшение гибкости позвоночника;  
упражнение на улучшение подвижности тазобедренного сустава;  
упражнение на развитие выворотности стоп;  
упражнения для исправления и корректировки осанки.

Тема 2.2. Основы акробатики.

*Теория:*

правила безопасности выполнения акробатических упражнений;  
техника выполнения упражнения «Колесо».

*Практика:*

упражнение «Мостик» из положения лежа;  
упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья;  
развитие подвижности локтевого сустава;  
переворот вперед на две ноги;  
упражнение «Колесо» с поддержкой;  
стойка с опорой на стену.

### **Раздел 3. Классический танец**

Тема 3.1. Основы классического танца.

*Теория:*

постановка корпуса;  
позиции рук и ног.

*Практика:*

demi – plie (I,II,V позиции ног);  
grand – plie (I позиции ног);  
battement tendu (I,II позиции ног);  
rond de jambe par terre;  
relive (I,II позиции ног);  
port de bras;  
sauté (I,II позиции ног);  
chatne (по диагонали);  
arabesques.

Тема 3.2. Этюды.

*Теория:*

классические этюды.

*Практика:*

составление классических связок;  
постановка этюдов на музыку Д.Шостаковича и М.Глинки.

Тема 3.3. Передача образа.

*Теория:*

прослушивание музыкальных произведений П.Чайковского.

*Практика:*

работа над образами балета «Щелкунчик» П.Чайковского.

### **Раздел 4. Эстрадный танец**

Тема 4.1. Основы эстрадного танца.

*Теория:*

просмотр и анализ видеоматериала;  
техника выполнения эстрадных движений: прыжки, шаги, повороты.

*Практика:*

разучивание трюков (перевороты, «стоечка», прыжки);  
положения рук;

развитие выносливости;  
работа над пластикой.

Тема 4.2. Основы джазового танца.

*Теория:*

просмотр и анализ видеоматериала;  
прослушивание музыки.

*Практика:*

«ломанные» движения тела;  
равновесие.

Тема 4.3. Этюды.

*Теория:*

анализ движений эстрадного танца;  
основные принципы и понятия: «импровизация», «полиритмия», «полицентрия», «изоляция», «контракция» - релиз, коллапс (сброс), импульс, волна.

*Практика:*

разучивание эстрадных движений под музыку.

Тема 4.4. Основы модерн-танца.

*Теория:*

просмотр и анализ видеоматериала;  
прослушивание фрагментов музыки;  
беседа «Стиль Модерн».

*Практика:*

движения и приемы данного стиля;  
параллельные и выворотные позиции ног.

## **Раздел 5. Народный танец**

Тема 5.1. Основы народного танца.

*Теория:*

контрастность стиля народных танцев;  
народно – характерные упражнения у станка и на середине.

*Практика:*

скольжение стоп по полу;  
переступание на полупальцах в разных ритмических сочетаниях;  
«ковырялочка»;  
повороты в комбинациях;  
притопы;  
ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад, переменный шаг.

Тема 5.2. Этюды.

*Теория:*

правила соединения народных движений по характеру и виду в связки;  
грамотное соединение связок в этюды;  
комбинации народного танца.

*Практика:*

комбинации «Хоровод», «Кадриль».

Тема 5.3. Передача характера.

*Теория:*

беседа «Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов»;

просмотр видеоматериалов выступлений Государственного ансамбля народного танца И.Моисеева.

*Практика:*

передача образа в постановках: «Красная девица», «Матрешка», «Сударушка».

## **Раздел 6. Историко-бытовой танец**

Тема 6.1. Основы бытового танца.

*Теория:*

особенности танцев XIX века (полонез, вальс);

прослушивание и анализ музыкальных произведений;

техника выполнения реверанса.

*Практика:*

разучивание поклона (реверанса);

положение рук, корпуса и головы в вальсе;

вальсовая дорожка, скользящий шаг;

вальсовые повороты, вращения;

положение рук, корпуса и головы в полонезе;

фиксированные шаги в комбинациях разворотами;

фиксированные позы.

Тема 6.2. История костюма.

*Теория:*

особенности костюма и танцев XIX века: музыка, стиль, манеры, прически;

прослушивание и анализ музыкальных произведений.

Тема 6.3. Этюды.

*Теория:*

особенности этюдов танцев XIX века;

передача образа и стиля эпохи.

*Практика:*

разучивание связок с элементами вальса;

разучивание связок с элементами полонеза.

## **Раздел 7. Композиция и постановка танца**

Тема 7.1. Актерское мастерство.

*Практика:*

передача образов в постановках «Пеппи Длинныйчулок», «Снежная Королева», «Маленькая разбойница», «Золушка».

Тема 7.2. Этюды и миниатюры.

*Практика:*

работа над фрагментами постановок: «Сюрприз», «Улетай, туча», «Матрешки», «Антре» (выход с барабанами).

Тема 7.3. Основы импровизации.

*Практика:*

импровизация на фрагменты классической музыки: С.Прокофьева, М.Мусорского, П.Чайковского.

## **Раздел 8. Творческая практика**

Тема 8.1. Развивающие игры.

*Теория:*

правила игр: «Найди пару», «Куклы», «Крокодильчики».

*Практика:*

игры на внимание, память.

Тема 8.2. Творческие задания.

*Теория:*

алгоритм выполнения творческого задания.

*Практика:*

разучивание танцевальных этюдов;

импровизация на тему «Планета детства».

Тема 8.3. Просмотр и анализ видеоматериалов.

*Практика:*

просмотр и анализ концертного выступления ансамбля «Казаки».

Тема 8.4. Посещение концертов.

*Практика:*

танцевальный конкурс между группами;

участие в конкурсах и концертных программах.

## **Раздел 9. Элементарные сведения по анатомии**

*Теория:*

лекция «Как избежать травм на занятиях хореографии»;

физиологическое строение тела человека;

функции опорно-двигательного аппарата.

## **Введение в программу**

### *Теория:*

знакомство с учебным планом;  
правила техники безопасности;  
беседа «Человек – частица Вселенной».

### *Практика:*

повторение позиций рук, ног, головы, корпуса;  
начальная диагностика.

## **Раздел 1. Азбука танцевальных движений**

### Тема 1.1. Слушание и восприятие музыки.

#### *Теория:*

музыкальная грамота;  
музыкальные размеры.

#### *Практика:*

прыжки с поворотами;  
выделение сильной доли в музыке хлопками и перестуками.

### Тема 1.2. Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения.

#### *Теория:*

правила выполнения перестроения в колонны по одному, по два, по три;  
правила выполнения «прочеса» «косички»;  
правила выполнения «прочеса» по диагонали.

#### *Практика:*

беговая разминка по кругу;  
выполнение «прочеса» «косички»;  
«прочес» по диагонали.

### Тема 1.3. Танец и музыка.

#### *Теория:*

повороты в разных темпах и стилях;  
азбука музыкальных движений.

#### *Практика:*

движения в различных темпах.

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

### Тема 2.1. Пластика на полу.

#### *Теория:*

правила выполнения упражнений на полу;  
технология упражнений на все группы мышц.

#### *Практика:*

партерная гимнастика (упражнения на полу);  
повторение упражнений: «Кузнечик», «Рыбка», «Лодочка», «Кошечка» (с увеличением темпа).

### Тема 2.2. Основы акробатики.

#### *Теория:*

распределение нагрузки.

*Практика:*

акробатические элементы: «Мостик» (лежа), «Стойка» (у стены), «Шпагаты», «Колесо».

### **Раздел 3. Классический танец**

Тема 3.1. Основы классического танца.

*Теория:*

правила работы у станка;

терминология классических экзерсисов;

рисунок положений, уровней ног и рук, большие и маленькие позиции рук, позы классического танца;

типы прыжков.

*Практика:*

demi – plie (I,II,V позиции ног);

grand – plie (I позиции ног);

battement tendu (I,II позиции ног);

battement tendu;

rond de jambe par terre;

relive (I,II позиции ног);

arabesques;

grand battement;

assemble;

sauté (по V позиции ног);

changement de pied;

chaine;

battement jete;

Тема 3.2. Этюды.

*Теория:*

правила выполнения классических связок;

типы координации движений по степени трудности – однонаправленные, разнонаправленные, одновременные (ног, рук), разновременные.

*Практика:*

исполнение всех пройденных элементов классических движений в различных комбинациях в более быстром темпе.

Тема 3.3. Передача образа.

*Теория:*

беседа «Современные балеты».

*Практика:*

классические комбинации:

работа над образами из балетов П.Чайковского «Лебединое озеро», «Спящая красавица».

### **Раздел 4. Эстрадный танец**

Тема 4.1. Основы эстрадного танца.

*Теория:*

просмотр и анализ видеоматериала;

специфика данного танцевального направления.

*Практика:*

разучивание эстрадных движений и связок;  
разучивание трюков;  
разминка у станка и на середине.

Тема 4.2. Основы джазового танца.

*Теория:*

просмотр и анализ видеоматериала;  
беседа: «Специфика джаз-танца».

*Практика:*

виды изоляции;  
положение коллапса;  
комбинации изоляций всех центров;  
координационные упражнения;  
floor – упражнения на полу;  
передвижения по диагонали и по кругу различными видами шагов.

Тема 4.3. Этюды.

*Практика:*

просмотр и анализ видеоматериала;  
разучивание движений, составление связок и этюдов.

Тема 4.4. Основы модерн-танца.

*Теория:*

просмотр и анализ видеоматериала;  
специфика движений.

*Практика:*

прыжки;  
простейшие вращения;  
техника «свободного танца».

**Раздел 5. Народный танец**

Тема 5.1. Основы народного танца.

*Теория:*

основные технические навыки;  
открытые и закрытые позиции;  
свободные позиции ног.

*Практика:*

разучивание элементов «Бегунец», «Дробь», «Падебаск»;  
притопы в комбинациях;  
повороты с «припаданиями»;  
«ковырялочка»;  
«веревочка».

Тема 5.2. Этюды.

*Практика:*

повторение изученных движений и комбинаций;  
разучивание постановок «Русская красавица», «Отпусти, река».

Тема 5.3. Передача характера.

*Практика:*

работа над настроением и характером произведений.

## **Раздел 6. Историко-бытовой танец**

Тема 6.1. Основы бытового танца.

*Теория:*

«Полька»;

«Полонез».

*Практика:*

разучивание «Польки» и «Вальса» в парах (положение рук).

7.2. История костюма.

*Теория:*

просмотр видеоматериалов и анализ танцев из оперы П.Чайковского «Евгений Онегин»;

манера исполнения и костюмы героев.

Тема 6.3. Этюды.

*Практика:*

композиции из ранее пройденных элементов;

разучивание «Полонеза» в осложненном рисунке.

## **Раздел 7. Композиция и постановка танца**

Тема 7.1. Актерское мастерство.

*Практика:*

работа над образами «Кармен», «Мэри Поппинс».

Тема 7.2. Этюды и миниатюры.

*Практика:*

миниатюры: «Черти», «Ледышки», «Восточная сладость».

Тема 7.3. Основы импровизации.

*Практика:*

выполнение творческих заданий на заданную тему.

## **Раздел 8. Творческая практика**

Тема 8.1. Развивающие игры.

*Теория:*

правила игры «Прыг - скок».

*Практика:*

игра «Прыг - скок».

Тема 8.2. Творческие задания.

*Теория:*

правила игры «Сказочные герои».

*Практика:*

игра «Сказочные герои»;

выполнение творческого занятия на музыку Ф.Шопена.

Тема 8.3. Просмотр и анализ видеоматериалов.

*Практика:*

просмотр и анализ концертных выступлений хореографических ансамблей «Ивушка», «Шанс».

Тема 8.4. Посещение концертов.

*Практика:*

танцевальный конкурс между группами;

участие в концертных программах и конкурсах.

**Раздел 9. Элементарные сведения по анатомии**

*Теория:*

лекция «Как избежать травм на занятиях хореографии»;

позвоночник и его функции;

основы здорового образа жизни.

## **Введение в программу**

### *Теория:*

знакомство с учебным планом;  
правила техники безопасности;  
беседа «О красоте балетного искусства».

### *Практика:*

начальная диагностика.

## **Раздел 1. Азбука танцевальных движений**

Тема 1.1. Слушание и восприятие музыки.

### *Теория:*

музыкальная грамота;  
музыкальные контрасты;  
слушание и анализ музыки для новых танцевальных композиций.

### *Практика:*

импровизация на музыкальные фрагменты разных стилей.

Тема 1.2. Воспроизведение ритмических рисунков и перестроения.

### *Теория:*

правила выполнения движений при ускорении и замедлении счета, на 2, 4, 6, 8 долей;  
композиция и перестроения в танце.

### *Практика:*

двигательная разминка;  
выполнение движений при ускорении и замедлении счета, на 2, 4, 6, 8 долей.

Тема 1.3. Танец и музыка.

### *Теория:*

выразительные средства музыки и танца.

### *Практика:*

выполнение трюков и упражнений (прыжки, повороты в комбинациях, прыжки по точкам, перегибы корпуса в разном темпе).

## **Раздел 2. Партерная гимнастика**

Тема 2.1. Пластика на полу.

### *Теория:*

техника выполнения упражнений на полу;  
правила составления связок, распределение нагрузки на все группы мышц.

### *Практика:*

выполнение упражнений на все группы мышц;  
выполнение комплекса упражнений на развитие физических данных:  
укрепление мышечного аппарата, силы, выносливости, гибкости, выворотности и силы ног.

Тема 2.2. Основы акробатики.

### *Теория:*

распределение нагрузки;  
дыхание во время выполнения упражнений;

правила составление связок.

*Практика:*

повторение изученных элементов;

выполнение с усложнением;

выполнение акробатических элементов: «Колесо», «Рондат», «Стойка на руках», «Мостик» из положения стоя, «Шпагат».

### **Раздел 3. Классический танец**

Тема 3.1. Основы классического танца.

*Теория:*

терминология классического танца;

техника выполнения упражнений классического танца.

*Практика:*

работа на середине и у станка:

demi – plie по I, II, V позициям ног;

grand – plie по I, II, V позициям ног;

battement tendu по V позициям ног;

battement frappe по V позициям ног;

rond de jambe par terre;

rond de jambe en l' air;

releve по I, II, V позициям ног;

arabesques;

grand battement;

sauté;

changement de pieds;

battement jete;

glissade;

jete passé;

sur le cou – de pied;

allegro:

temps lie sauté;

pas assemble;

pas echappe;

changement de pieds;

pas jete;

pas glissade;

part de bras I, II, III, IV, V форма.

Тема 3.2. Этюды.

*Теория:*

техника выполнения классических связок;

правила постановки классических этюдов.

*Практика:*

выполнение классические комбинации;

постановка классического этюда.

Тема 3.3. Передача образа.

*Теория:*

анализ образа Жизель из балета А.Адана «Жизель»;  
анализ образа Эсмеральды из балета Ц.Пуни «Эсмеральда»;  
эстетика танца;  
выразительные средства для передачи образа.

*Практика:*

создание музыкально-хореографических этюдов разных жанров и образов.

#### **Раздел 4. Эстрадный танец**

Тема 4.1. Основы эстрадного танца.

*Теория:*

расширение знаний, представлений о современных танцевальных жанрах;  
законы равновесия – соотношение эстетики и техники;  
просмотр и анализ видеоматериалов концертных выступлений шоу – балета «Тодес».

*Практика:*

импровизация эстрадных движений;  
трюки, прыжки, составление связок и комбинаций.

Тема 4.2. Основы джазового танца.

*Теория:*

прослушивание и анализ музыкального материала;  
понятие «свинг»;  
специфика современной джазовой хореографии.

*Практика:*

составление связок и комбинаций;  
изолированные движения головы (наклоны, повороты, круг, полукруг);  
движение плеч (подъем и опускание, раскрытие и закрытие, выведение, полукруг, полный круг, вытягивание плеч);  
движения бедрами (квадрат, круг, полукруг, покачивание);  
движение корпуса (прямые наклоны, глубокий наклон, перегиб и изгиб);  
координация движений;  
body roll – «волны» телом снизу – вверх лицом к станку;  
положение contraction и release;  
глубокие наклоны в положении hinge;  
body roll на середине вперед и в сторону;  
положение said stretch;  
flat back по диагонали.

Тема 4.3. Этюды.

*Практика:*

элементы современной эстрады, режиссуры, техники;  
знакомство с пластикой восточных танцев;  
составление связок и комбинаций.

Тема 4.4. Основы модерн-танца.

*Теория:*

прослушивание и анализ музыкального материала;

законы общей координации: движения тела, ног, корпуса, головы и рук;  
просмотр и анализ видеоматериала;  
беседа: «Модерн – авангард балетного танцевального искусства».

*Практика:*

композиции в стиле Модерн;

выполнение упражнений: работа головы, позиции рук, позиции ног, сбросы корпуса, на координацию, прыжки, растяжки, вращения, раскрепощение тела;  
составление связок и комбинаций.

## **Раздел 5. Народный танец**

Тема 5.1. Основы народного танца.

*Теория:*

теоретические сведения о специфике народного танца;  
прослушивание и анализ музыкальных фрагментов (русский, белорусский, узбекский, украинский танец).

*Практика:*

выполнение упражнений: на развитие подвижности стопы по IV, I, V позициям ног, маленькие броски по IV, V позициям ног, каблучное упражнение по V позиции ног, упражнение с ненапряженной стопой по VI и I позициям, подъём ноги на 90 градусов по I позиции ног, большие броски по I позиции ног, вращения;

«Голубец», «Ключ», «Веревочка» в комбинации, «Латышский бег», хлопки и притопы, дробь.

Тема 5.2. Этюды.

*Практика:*

источники происхождения народных тем, сюжетов, движений;  
разучивание этюдов и композиций разных народов мира.

Тема 5.3. Передача характера.

*Практика:*

культура движения рук;  
техника в прыжках и вариациях.

## **Раздел 6. Историко-бытовой танец**

Тема 6.1. Основы бытового танца.

*Теория:*

происхождение и разновидности «Вальса».

*Практика:*

разучивание специфических движений: «окошко», «вращения», «поддержки», «вальсовая дорожка» и др.;  
исполнение «Вальса».

Тема 6.2. История костюма.

*Теория:*

просмотр и анализ видеоматериала: «Полонез», «Менуэт», «Французский вальс» и др.

видеопрезентации костюмов XVII - XIX в.в.

Тема 6.3. Этюды.

*Практика:*

связки и комбинации;  
рисунки и перестроения «Вальса»;  
составление этюдов и композиций с изученным лексическим материалом.

## **Раздел 7. Композиция и постановка танца**

Тема 7.1. Актерское мастерство.

*Практика:*

работа над образами: «Цыганка», «Восточная красавица», «Леди – стиль», «Кармен», «Золушка», «Мадонна», «Терпсихора».

Тема 7.2. Этюды и миниатюры.

*Практика:*

создание музыкально-хореографических этюдов разных жанров (классический, народно-сценический, эстрадно-спортивный, джаз-танец)  
миниатюры: «Марионетки», «Художник», «Кошки».

Тема 7.3. Основы импровизации.

*Практика:*

постановка композиций на свободную тему;  
выполнение творческих заданий на заданную тему.

## **Раздел 8. Творческая практика**

Тема 8.1. Творческие задания.

*Теория:*

правила проведения соревнования – конкурса по импровизации, «Конкурса актерского мастерства».

*Практика:*

проведение конкурсов, подведение итогов, гала-концерт.

Тема 8.2. Просмотр и анализ видеоматериалов.

*Практика:*

просмотр и анализ видеоматериала конкурсных выступлений.

Тема 8.3. Посещение концертов.

*Практика:*

танцевальные соревнования «Старт-тинейджер» (по группам);  
участие в концертных программах и конкурсах.

## **Раздел 9. Элементарные сведения по анатомии**

*Теория:*

лекция «Как избежать травм на занятиях хореографии»;  
физиологические особенности организма в подростковом возрасте.

### **1.4. Планируемые результаты**

#### **1 – 2 год обучения**

**Знать:**

- основные музыкальные размеры, ритмы и темпы музыки;
- правила постановки корпуса, позиции рук и ног;
- специальную терминологию;
- основы партерной гимнастики.

### Уметь:

- выделять сильную долю;
- определять характер музыки;
- правильно выполнять танцевальные движения;
- осуществлять правильную постановку корпуса (рук, ног, головы).

### **3 – 4 год обучения**

#### Знать:

- основы классического и народного танца;
- выразительные средства музыки и танца;
- особенности дыхания при выполнении упражнений;
- постановку корпуса на середине и у станка;
- отличие классических позиций от народных.

#### Уметь:

- выполнять перестроения;
- ориентироваться на сцене;
- выполнять упражнения на полу;
- выполнять классические экзерсисы у станка и на середине.

### **5 – 6 год обучения**

#### Знать:

- базовые принципы и лексику классического, народного и современного танца;
- правила выполнения каждого упражнения на все группы мышц;
- основные хореографические термины и понятия;
- особенности танцев XIX века.

#### Уметь:

- составлять комбинации, этюды, связки;
- выполнять классические экзерсисы у станка и на середине;
- применять в танце гимнастические элементы и трюки.

### **7 – 8 год обучения**

#### Знать:

- распределение нагрузки на все группы мышц;
- основные технические элементы классического, народного, современного танца, типы прыжков;
- основы импровизации.

#### Уметь:

- выполнять технические элементы в различных темпах;
- различать и использовать основные движения различных танцевальных направлений;
- выполнять классические экзерсисы на середине и у станка;
- применять актёрские навыки в танце.

### **9 – 10 год обучения**

#### Знать:

- специфику композиции и драматургии танца;

- основы танцевальной культуры своего народа и народов мира;

Уметь:

- импровизировать;
- осуществлять постановку танца;
- выполнять классические экзерсисы на середине и у станка.

## **Блок №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

### **2.1. Условия реализации программы**

#### Материально-техническое обеспечение программы

- просторное, светлое помещение (танцевальный класс с зеркалами и станками, соответствующими росту ребёнка) с учётом норм СанПиН;
- мягкие коврики;
- специальная форма и обувь;
- фортепиано, магнитофон, фонотека.

#### Методическое обеспечение

объяснительно – иллюстративный (объяснение, беседа, показ);

репродуктивный (тренаж, повторение по образцу);

исследовательский (задания на ассоциации, импровизацию, артистизм);

творческий (постановка танцев, составление композиций);

метод хореокоррекции (здоровьесберегающая технология (оздоровительная хореография), предусматривающая интегрированные занятия с использованием музыки, движения, музыкально-пластических игр и этюдов);

метод тройных передвижений (координация, чувство равновесия, ориентировка в пространстве).

#### Кадровое обеспечение

педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее специальное образование по специализации «Хореография», а так же обладать необходимыми знаниями по детской психологии;

концертмейстер.

### **2.2. Формы аттестации**

Для отслеживания результатов деятельности обучающихся проводятся начальная, промежуточная и итоговая аттестации в форме выполнения контрольных тестов, зачетов, диагностики, открытых занятий.

### **2.3. Оценочные материалы**

#### **Стартовый уровень**

#### **1-2 год обучения**

##### Теоретическая часть:

- Начало и окончание музыкального произведения;
- Правильная постановка корпуса;
- Правила положения корпуса на полу.

##### Практическая часть:

- выполнение акробатических упражнений и спортивных элементов «Шпагат», «Колесо»;

- нормативные данные при выполнении упражнений «Кузнечик», «Рыбка»;

- специальные данные: способность к артистизму, импровизации (приложение 1).

## **Базовый уровень**

### **3-4 год обучения**

#### Теоретическая часть:

- выразительные средства музыки и танца;
- правила постановки корпуса на середине и у станка;
- отличие классических позиций от народных.

#### Практическая часть:

- выполнение акробатических упражнений и спортивных элементов «Шпагат», «Колесо»;
- нормативные данные при выполнении упражнений «Кузнечик», «Рыбка»;
- специальные данные: способность к артистизму, импровизации (приложение 1).

### **5-6 год обучения**

#### Теоретическая часть:

- базовая лексика классического, народного и современного танца;
- правила выполнения упражнений на все группы мышц;
- основные хореографические термины и понятия.

#### Практическая часть:

- выполнение акробатических упражнений и спортивных элементов «Шпагат», «Колесо»;
- нормативные данные при выполнении упражнений «Кузнечик», «Рыбка»;
- специальные данные: способность к артистизму, импровизации (приложение 1).

### **7-8 год обучения**

#### Теоретическая часть:

- базовая лексика классического, народного и современного танца;
- правила выполнения каждого упражнения на все группы мышц;
- основные хореографические термины и понятия.

#### Практическая часть:

- выполнение акробатических упражнений и спортивных элементов «Шпагат», «Колесо»;
- нормативные данные при выполнении упражнений «Кузнечик», «Рыбка»;
- специальные данные: способность к артистизму, импровизации (приложение 1).

## **Углубленный уровень**

### **9-10 год обучения**

#### Теоретическая часть:

- распределение нагрузки на все группы мышц;

-основные технические элементы классического, народного, современного танца;

-основы импровизации.

Практическая часть:

- выполнение акробатических упражнений и спортивных элементов «Шпагат», «Колесо»;

- нормативные данные при выполнении упражнений «Кузнечик», «Рыбка»;

- специальные данные: способность к артистизму, импровизации (приложение 1).

## 2.4. Методическое обеспечение

№ п/п	Названиераздела	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения	Формы подведения итогов
	Введение в программу	Диагностический тест, план инструктажа, плакаты	Беседа, рассказ, игра, диагностическое тестирование Словесный, наглядный, практический	Диагностика
1	Азбука танцевальных движений	Фортепиано, аудио-видео аппаратура, фонограммы, коврики	Рассказ, слушание музыки, игра, практическая работа Словесный, наглядный, практический	Зачет, опрос
2	Партерная гимнастика	Фортепиано, фонограммы, магнитофон, коврики	Практическое занятие, беседа Объяснение, наглядный, практический, репродуктивный	Игра, контрольное занятие, зачет
3	Классический танец	Фортепиано, фонограммы, аудио-видео аппаратура	Практическое занятие, беседа, лекция Объяснение, наглядный, практический	Контрольное занятие, опрос, зачет
4	Эстрадный танец	Фортепиано, фонограмма, аудио-видео аппаратура	Практическое занятие, интегрированное занятие, лекция Объяснение, наглядный, практический, исследовательский, творческий, показ	Контрольное занятие, самостоятельная работа, постановочная работа, концерт
5	Народный танец	План, фортепиано, фонограмма, аудио-видео аппаратура	Практическое занятие, интегрированное занятие, лекция Объяснение, наглядный,	Контрольное занятие, самостоятельная работа, постановочная

			практический, исследовательский, творческий, показ	работа, концерт
6	Историко-бытовой танец	Игра-путешествие, объяснение, практическое занятие, лекция Объяснение, наглядный, практический, исследовательский, творческий, показ	Игра-путешествие, объяснение, практическое занятие, лекция Объяснение, наглядный, практический, исследовательский, творческий, показ	Контрольное занятие, самостоятельная работа, постановочная работа, концерт
7	Композиция и постановка танца	Игра, практическое занятие, объяснение, репетиции Практический, исследовательский, творческий, импровизация	Игра, практическое занятие, объяснение, репетиции Практический, исследовательский, творческий, импровизация	Занятие-концерт, постановочная работа, игра, зачет
8	Творческая практика	Познавательные игры, практическое занятие, сюжетно-ролевые игры Практический, сравнение, репродуктивный	Познавательные игры, практическое занятие, сюжетно-ролевые игры Практический, сравнение, репродуктивный	Игра, конкурс, контрольное занятие
9	Элементарные сведения по анатомии	Профилактические беседы, познавательные игры, лекции Объяснение, наглядный, развивающие занятия, репродуктивный	Профилактические беседы, познавательные игры, лекции Объяснение, наглядный, развивающие занятия, репродуктивный	Зачет

## 2.5. Список литературы для педагога

1. Акимова М., Котова В. Индивидуальность учащегося и индивидуальный подход. – М.: Знание, 1992.
2. Баднин И.А. «Отбор детей в хореографическое училище» - М., 1987.
3. Базарова Н. «Классический танец» - Л.: Искусство, 1975.
4. «Балет для всех».- М.: ООО Гурман Медиа, 2008.
5. Бахрах И.И., Дорохов Р.Н. «Физическое развитие школьников 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма» - Медицина, подросток и спорт. – Смоленск, 1975.
6. Блазис К. Искусство танца. Классики хореографии. – М. – Л.,1937.
7. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность. – М., 1987.
8. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев: Музична Украина, 1985.
9. Боттомер П. Урок танца. М.: Эксмо-Пресс.- 2003.
10. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - Л.: Искусство, 1980.
11. Васильева – Рождественская М. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1987.
12. Властовский В.Г. Акселерация роста и развития детей. – М.: Издательство МГУ, 1976.
13. Захаров Р. Слово о танце. – М.: Молодая гвардия, 1979.
14. Захаров Р. Радуга русского танца. – М.: Советская Россия, 1986.
15. Ивашковский А. А. «Хореокоррекция: теоретические и практические основы: Научное издание». – Калуга: КГПУ им. К. Э. Циолковского, 2006.
16. Климов А. Основы русского народного танца. – М., 1994.
17. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – М., 1994.
18. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца. – М. – Л., 1939.
19. Миронова З.С., Баднин И.А. Медицинские и социально-психологические аспекты отбора детей в хореографическое училище. – М., 1976.
20. Моисеев И. Я вспоминаю ... - М.: Согласие, 1998.
21. Никитин В. Модерн – джаз танец: продолжение обучения. – М: ВЦХТ, 2001.
22. Ратников В. Резервы музыкальной педагогики. – М.: Знание, 1980.
23. Русские танцы для молодежных коллективов. Сборник. – М., 1993.
24. Смирнов И. Искусство балетмейстера. – М.: Просвещение, 1986.
25. Сюжетные и народные танцы. – М.: Советская Россия, 1977.
26. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. – М.: Искусство, 1996.

27. Устинова Т. Русский народный танец. – М.: Искусство, 1976.
28. Чурко Ю. Линия, уходящая в бесконечность. – Минск: Полымя, 1999.
29. Шевцов Е. Эстетическое воспитание: пути и проблемы. – Знание, 1988.

#### **Интернет – ресурсы**

1. Ансамбль народного танца имени Ф. Гаскарова - <http://www.gaant.ru/>
2. Школа современного танца и балета - <http://tancpole.ru/>
3. Все для хореографов и танцоров - <http://www.horeograf.com/>
4. Танцевальная ритмика Суворовой - <http://deti-ritmika.ru/>

### **Список литературы для обучающихся и родителей**

1. Балет. Иллюстрированная энциклопедия. – М.: Конец века, 1995.
2. «Балет для всех». - М.: ООО Гурман Медиа, 2008.
3. Барышникова Т.А. Азбука хореографии. - М.: Просвещение, 2000.
4. Бахрах И.И., Дорохов Р.Н. «Физическое развитие школьников 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма» - Медицина, подросток и спорт. – Смоленск, 1975.
5. Башаева Т. Развитие воспитания у детей: форма, цвет, звук. – Ярославль: Академия развития, 1997.
6. Боброва Г. Искусство грации. – М.: Детская литература, 1986.
7. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры. - М.: Новая школа, 1993.
8. Боттомер П. Урок танца. М.: Эксмо-Пресс.- 2003.
9. Властовский В.Г. Акселерация роста и развития детей. – М.: Издательство МГУ, 1976.
10. Гальперин С.Н. «Анатомия и физиология человека (возрастные особенности с основами школьной гигиены)» - М., 1974.
11. Ивашковский А. А. «Хореокоррекция: теоретические и практические основы: Научное издание». – Калуга: КГПУ им. К. Э. Циолковского, 2006.
12. Моисеев И. Я вспоминаю ... - М.: Согласие, 1998.
13. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
14. Разрешите пригласить. Сборник популярных бальных танцев. Выпуск 1. – М.: Советский композитор, 1976.
15. Субботина Л. Развитие воображения у детей. – Ярославль: Академия развития, 1996.
16. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985.

### **Акробатические упражнения**

Спортивные элементы имеют одинаковые критерии оценки.

#### Упражнение «Колесо»

**Низкий уровень выполнения** – обучающиеся выполняют упражнение с поддержкой (со страховкой) педагога.

**Средний уровень выполнения** – не проходит через положение «стойки» 20%, колени немного согнуты, но стопы натянуты.

**Высокий уровень выполнения** – проходит через положение «стойка», колени натянуты, носочки вытянуты.

#### Упражнение «Шпагат»

**Низкий уровень выполнения** – сидит на «шпагате» с опорой на руки, колени согнуты и плечи немного вперед.

**Средний уровень выполнения** – сидит на «шпагате» с опорой на руки.

**Высокий уровень выполнения** – уверенно и устойчиво сидит на «шпагате» руки в сторону.

### **Нормативные данные**

#### Упражнение «Рыбка»

Спортивный элемент выполняется на полу лежа, на спине, ноги согнуты в коленях, руки за головой (количество раз за 1 минуту).

#### Упражнение «Кузнечик»

Исходное положение лежа на животе, ноги вместе, руки в упоре перед собой (количество раз за 1 минуту).

Оценивается качество и количество выполняемых упражнений за 1 минуту.

Этап и год обучения	Уровень подготовки	Нормативные данные	
		«Кузнечик»	«Рыбка»
1 год обучения	низкий	20-25	8-13
	средний	26-29	14-17
	высокий	30- >	18- >
2 год обучения	низкий	24-29	10-15
	средний	30-33	16-19
	высокий	34- >	20- >
3 год обучения	низкий	28-33	12-17
	средний	34-37	18-21
	высокий	38- >	22- >
4 год обучения	низкий	32-37	14-19
	средний	38-41	20-23
	высокий	42- >	24- >

5 год обучения	низкий средний высокий	36-41 42-45 46- >	16-21 22-25 26- >
6 год обучения	низкий средний высокий	40-45 46-49 50- >	18-23 24-26 28- >
7 год обучения	низкий средний высокий	44-49 50-53 54- >	20-25 26-29 30- >
8 год обучения	низкий средний высокий	48-53 54-57 58- >	22-27 28-31 32- >
9 год обучения	низкий средний высокий	52-57 58-61 62- >	24-29 30-33 34- >
10 год обучения	низкий средний высокий	56-61 62-65 66- >	26-31 32-35 36- >

### Специальные данные

#### Задание на определение способностей к импровизации

##### Задание №1

Для обучающихся с 1-ого по 10-ый годы обучения. На каждом году обучения идет усложнение музыкального материала.

Для выполнения упражнения необходимо четыре музыкальных фрагмента различного темпа и характера (продолжительность каждого музыкального произведения - 1 минута). После прослушивания ребенок должен исполнить танцевальную импровизацию на данную музыку и ответить на вопросы о темпе, стиле, жанре, характере музыкального фрагмента.

**Низкий уровень выполнения** - расплывчатый образ, ребенок не может определить темп и стиль музыки, скованность и однообразие движений.

**Средний уровень выполнения** – недостаточно яркий образ, правильно определен темп и стиль музыки, нет разнообразия движений.

**Высокий уровень выполнения** – яркий образ, богатая фантазия, правильно определяет характер, темп и стиль фрагмента, раскованность и разнообразие движений.

##### Задание № 2

Звучит музыка. Вся группа встает в круг. Педагог начинает показ танцевальных движений, дети повторяют эти движения. Затем роль педагога выполняют обучающиеся.

Оцениваются раскованность исполнения, точность повторения и разнообразие танцевальных движений (20 – 30 секунд).

### **Задание на определение степени развитости артистических способностей**

Для обучающихся с 1-ого по 5-ый годы обучения. На каждом году обучения идет усложнение материала.

#### **Задание №1**

Каждый обучающийся получает задание изобразить без слов эмоции:

нахмурься, как...

улыбнись, как...

позлись, как...

отдохни, как...

станцуй, как...

засмейся, как...

На подготовку дается 4 – 5 минут.

#### **Задание №2**

Изобразить с помощью жестов, мимики, реквизита повадки и действия различных животных.

**Низкий уровень исполнения** – ребенок не справился с заданием, плохо обыграл предложенные ситуации, неэмоционален.

**Средний уровень исполнения** – раскрыл образ, но недостаточно мимики и эмоций.

**Высокий уровень исполнения** – яркий образ, эмоционален и артистичен.

### **Задание на определение степени развитости артистических способностей**

Для обучающихся с 6-ого по 10-ый годы обучения. На каждом году обучения идет усложнение материала.

#### **Задание № 1**

За 20-30 минут сочинить и поставить мини – спектакль, текст которого состоит из четверостишия, силами творческой группы или индивидуально (по жребию) в различных жанрах: опера, мюзикл, драма, комедия и т. д.

Оцениваются артистизм, фантазия и оригинальность.

#### **Задание № 2**

Необходимо изобразить без слов предметы, действия, людей в различных жизненных ситуациях.

**Низкий уровень исполнения** – ребенок не справился с заданием, плохо обыгрывал предложенные ситуации, неэмоционален.

**Средний уровень исполнения** – раскрыл образ, но недостаточно мимики и эмоций.

**Высокий уровень исполнения** – яркий образ, эмоционален и артистичен.