

**Администрация муниципального образования «Усть-Илимский район»  
Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Районный центр дополнительного образования детей»  
(МОУ ДО «РЦДОД»)**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
МОУ ДО «РЦДОД»  
Протокол № 03  
от «30» августа 2023 года

**УТВЕРЖДЕНО**

Директором МОУ ДО «РЦДОД»  
Шпагиной А.М.  
Приказом № 40  
От «31» августа 2023 года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 00EA06F317C8D85CBA73B2CE23771084F7  
Владелец Шпагина Анжелика Михайловна  
Действителен с 06.03.2023 по 29.05.2024 г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«В мире народного танца»**  
Возраст обучающихся: 12-18 лет  
Срок реализации программы: 2 года (216/216)  
Уровень: базовый

**Автор составитель программы:**  
Григорьева М.И., методист;  
Васильева Н.Н., педагог  
дополнительного образования  
**Работает по программе:**  
Васильева Н.Н., педагог  
дополнительного образования.

Усть – Илимский район, 2023 г.

**Лист изменений в программе на 2023-2024 г.**  
**(за основу взяты рекомендации МОУ ДО «РЦДОД»)**

<b>№</b>	<b>Разделы программы</b>	<b>Внесенные изменения</b>
1	Пояснительная записка	
2	Цель и задачи программы	
3	Содержание программы	
4	Планируемые результаты	
5	Формы аттестации.	
6	Оценочные материалы	
7	Условия реализации программы	
8	Методические материалы	
9	Приложения	

Все изменения программы рассмотрены и одобрены на заседании экспертной комиссии МОУ ДО «РЦДОД» от «    » августа 2023 г., протокол № \_

## СОДЕРЖАНИЕ

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММ.....	5
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	5
1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	7
1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	8
1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	15
2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....	15
2.1 ФОРМАТ АТТЕСТАЦИИ.....	15
2.2 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....	22
2.3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	22
2.4 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....	22
ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....	24
ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....	25
ПРИЛОЖЕНИЕ 3.....	26
ПРИЛОЖЕНИЕ 4.....	27
ПРИЛОЖЕНИЕ 5.....	29

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «В мире народного танца», разработана в соответствии с:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

5. Постановление Правительства РФ от 18 сентября 2020 года № 1490 «О лицензировании образовательной деятельности»

6. Уставом Муниципального образовательного учреждения дополнительного образования «Районный центр дополнительного образования детей» (далее – Учреждение).

Дополнительная общеразвивающая программа «В мире народного танца» относится к программам **художественной направленности**.

**Актуальность программы** обусловлена потребностью современного общества к возрождению духовности, популяризации народных обычаев и восстановлению народных традиций. Занятия танцевальным искусством тренируют мышцы, суставы и сердечно-сосудистую систему, формируют правильную осанку и походку, развивают физические данные и тем самым укрепляют здоровье детей. Общеразвивающая программа «В мире народного танца» дает возможность обучающимся почувствовать свою национальную принадлежность, овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, познакомиться с региональными особенностями танцевальной культуры Сибири и приобщить подрастающее поколение к богатству танцевального и музыкального творчества.

Данная программа реализуется на базе общеобразовательной школы и поэтому **отличительной особенностью** данной программы является её танцевально - музыкальное содержание, направленное на решение конкретной задачи: подготовке к участию в мероприятиях школы, поселка и района.

### **Педагогическая целесообразность**

Образовательный процесс и воспитательный аспект программы «В мире народного танца» направлены не только на формирование танцевальных навыков, но и в огромной степени на духовно - нравственное воспитание и развитие

личности обучающихся посредством приобщения к культурным ценностям разных народов, позволяет почувствовать свою национальную принадлежность.

Обучение народно - сценическому танцу совершенствует координацию движения, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, даёт возможность обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев разных народов, сложностью их темпов и ритмов.

### **Адресат программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «В мире народного танца» предназначена для обучающихся **от 12 до 18 лет.**

Средний школьный возраст (12-14 лет) является благоприятным периодом для развития творческих способностей. Средний школьный возраст, даёт прекрасные возможности для развития способностей к творчеству. И от того, насколько были использованы эти возможности, во многом будет зависеть творческий потенциал взрослого человека. В возрасте 12 - 14 лет эмоции, вызванные музыкой, создают определенную двигательную активность, ребенок хочет танцевать, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально - танцевальный материал.

15-18 лет – в физиологическом отношении этот период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Юноши и девушки готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, найти смысл жизни. Встает проблема выбора профессий, возникает желание быть замеченным, хочется выделиться, появляется самостоятельность в суждениях. Юности свойственно состояние влюбленности, уверенности в себе, жизнерадостности. Занятия хореографией должны строиться с полной нагрузкой.

Подростки могут длительное время удерживать внимание, быть в состоянии переключать или распределять его между несколькими действиями и поддерживать довольно высокий темп работы. Доверие взрослого весьма импонирует подростку, так как в этом случае удовлетворяется его потребность быть и казаться взрослым, выполнить какую-либо работу вполне самостоятельно. На занятиях хореографией этих ребят привлекает работа над техникой движений, над определённой сложностью танцевального номера, примитив же действует расхолаживающее.

Количество обучающихся в группе 15 человек.

Набор в группы – свободный.

Состав группы – постоянный.

### **Объем программы:**

Программа рассчитана на 2 года обучения – по 216 часов каждый.

**Форма обучения** - очная.

### **Режим занятий:**

Продолжительность занятий по 2 учебных часа 3 раза в неделю.

Программа предусматривает использование следующих форм работы:

- Групповая работа.

- Коллективная форма (применяется для репетиций сводных, постановок танцевальных номеров).

- Индивидуальная форма (работа с солистами, одаренными детьми, эта форма применяется и с обучающимися, не усвоившими материал).

Традиционные методы:

- объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, объяснение, пояснение, обсуждение, демонстрация);

- репродуктивные (воспроизводящие) – содействуют развитию у обучающихся умений и навыков.

**Учебные занятия могут проводиться с использованием дистанционных образовательных технологий** – реализация отдельных разделов, тем учебного плана с применением информационно - коммуникационных сетей при опосредованном взаимодействии с учащимися. Данные технологии применяются в случае болезни учащегося или для учащихся при консультировании по отдельным вопросам в соответствии с содержанием программы, а также при неблагоприятной социальной обстановке в образовательной организации, районе, стране по распоряжению вышестоящих органов управления образования.

## 1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Целью программы** художественное и физическое развитие обучающихся посредством обучения народно - сценическому танцу, развитие у обучающихся интереса к истории, традициям, культуре танцев народов мира

**Задачи 1 года обучения:**

**Обучающие:**

- познакомить с историей возникновения и развития народного танца;  
- познакомить с основными движениями народного танца;  
- формировать практические умения и необходимые исполнительские навыки;

- научить взаимосвязи музыки и движения;  
- научить исполнять танцевальные комбинации с использованием базовых шагов, элементов и фигур.

**Воспитательные:**

- воспитывать эстетический вкус;  
- воспитывать умение работать в коллективе, умение прислушиваться к мнению других, уважать их точку зрения;

**Развивающие:**

- развивать чувство ритма и музыкальности;  
- развивать художественный вкус и творческие способности.

**Задачи 2 года обучения:**

**Обучающие:**

- познакомить с разнообразием видов танцевального искусства, сформировать представление о современных хореографических направлениях и их особенностях;

- познакомить с лучшими образцами и ярчайшими представителями хореографического искусства;
- отработать основные движения классического тренажа у станка и на середине зала;
- обучить основным танцевальным композициям репертуара.

**Воспитательные:**

- воспитывать трудолюбие, терпение, дисциплинированность, собранность, настойчивость, работоспособность;
- сформировать толерантное и уважительное отношение к другим культурам;
- воспитывать умение работать в коллективе, умение прислушиваться к мнению других, уважать их точку зрения;

**Развивающие:**

- развить умение ансамблевого исполнения движений, ощущения партнёра;
- развить музыкальность, творческое воображение на основе классического тренажа и творческих заданий;
- развить умение импровизировать в танце на заданную тему;
- привить бережное отношение к фольклорному материалу.

### 1.3 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел / месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Вводное занятие	2								
Азбука музыкального движения	2								
Разминка, parterre тренаж	2	5	4	5	2	5	5	4	4
Основы народно-сценического танца	8	4	10	8	8	8	6	6	2
Основы классического танца	2	5	4	5	2	5	5	4	4
Танцевальная практика	2	4	4	2	6	2	2	2	4
Танцевальная импровизация		2	2		4			6	4
Воспитательная работа		2		2		2	2		

Концертная деятельность		4		4		2	4	4	4
Контрольное занятие									2
Итоговое занятие									2
<b>Всего</b>	<b>18</b>	<b>26</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>22</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>26</b>

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раздел / месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Вводное занятие	2								
Разминка, parterre тренаж	2	2	2	2	2	1	1	1	1
Основы народно-сценического танца	6	8	6	6	4	6	6	2	2
Основы классического танца	4	5	4	3	2	2	2	8	4
Танцевальная практика	2	4	8	8	8	8	8	8	8
Танцевальная импровизация	1	2	2	2	2	2	2	2	3
Воспитательная работа	1	1		1		1	1	1	
Концертная деятельность		4	2	4	4	4	4	4	4
Контрольное занятие									2
Итоговое занятие									2
<b>Всего</b>	<b>18</b>	<b>26</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>22</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>26</b>

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ



№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля / аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Начальная диагностика
2	Азбука музыкального движения	1	1	2	-
3	Разминка, parterre тренаж	1	35	36	Технический зачет
4	Основы народно - сценического танца	2	58	60	Контрольное занятие
5	Основы классического танца	1	35	36	Контрольное занятие
6	Танцевальная практика	2	26	28	Зачет
7	Танцевальная импровизация	2	16	18	-
8	Воспитательная работа	-	8	8	-
9	Концертная деятельность	1	21	22	Концерты, выступления
10	Контрольное занятие	-	2	2	аттестация – открытое занятие
11	Итоговое занятие	1	1	2	
	<b>Всего</b>	<b>12</b>	<b>204</b>	<b>216</b>	

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля / аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Начальная диагностика
2	Разминка, parterre тренаж	2	12	14	Технический зачет
3	Основы народно - сценического танца	2	44	46	Контрольное занятие
4	Основы классического танца	2	32	34	Контрольное занятие

5	Танцевальная практика	4	58	62	Контрольное занятие
6	Танцевальная импровизация	2	16	18	Зачет
7	Воспитательная работа	-	6	6	Педагогическое наблюдение
8	Концертная деятельность	2	28	30	Концерты, выступления
9	Контрольное занятие	-	2	2	аттестация – открытое занятие
10	Итоговое занятие		2	2	-
	<b>Всего</b>	<b>15</b>	<b>201</b>	<b>216</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА ПРОГРАММЫ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Вводное занятие

*Теория:* Истоки русских народных танцев. Хоровод. Перепляс. Кадриль и другие. Танцевальная терминология. История возникновения танцев. Инструктаж по технике безопасности.

*Практика:* Упражнения на выносливость, координацию движений, память, внимание.

### 2. Азбука музыкального движения

*Теория:* Особенности ритмов танцев.

*Практика:* Музыкальная фраза, музыкальный такт, затакт. Слабая и сильная доля. Темп. Ритм. Характер музыки.

### 3. Разминка, *parterre* тренаж

*Теория:* Разминка - Включает в себя движения на развитие координации движений, головы рук, корпуса.

*Практика:* Тренаж - упражнения на развитие выносливости, силы ног, гибкости позвоночника, растяжку: сидя на полу, лежа на спине, на животе; упражнения на формирование мышечного корсета.

### 4. Основы народно - сценического танца

*Теория:* Элементы Русского танца. Элементы китайского танца.

*Практика:* Русский поклон. Основные положения и движения рук. Основные положения рук в парах. Основные положения рук в рисунках танца. Русские ходы и элементы русского танца. Простой переменный ход на полупальцах. Тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него. Шаг - удар по 1 прямой позиции. Шаг - удар с небольшим приседанием одновременно. Шаг - мазок каблуком через 1 прямую позицию. Композиции из основных шагов. «Припадание». «Веревочка». «Моталочки». Все виды «Гармошечек». «Ковырялочка». Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой 1 позиции. Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук. Дробные

движения. Двойные притопы. Тройные притопы. Притопы в продвижении . Притопы вокруг себя. Ритмические выстукивания в чередовании с хлопками. . Простая дробь полупальцами. Простые переборы каблучками. Переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке. Двойная дробь с притопом . Тройные притопы. «Ключ» простой . Припадания по первой прямой позиции по схеме. Подскоки. «Поджатые» прыжки. Контрольное занятие по изученному разделу Элементы Китайского танца. Элементы Белорусского танца: боковой галоп с остановкой и притопом; перескоки с ударом по 6 позиции. Положение рук в белорусском танце. Основные движения Греческого танца.

## **5. Основы классического танца**

*Теория:* Движения классического тренажа (усложнение). Видеофильмы по хореографии: «Танцует ансамбль народного танца И.Моисеева». «Творческие портреты. Галина Уланова - легенда русского балета». Видеозаписи репетиций.

*Практика:* Demi-plié в I, II, III, IV, V позиции; Battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад; Battement tendu из V позиции в сторону, вперед и назад; Battement tendu с pur le pied; Passé par terre; Battements tendu jeté из I, V позиции в сторону, вперед и назад; Battement tendu jeté с piques в сторону, вперед и назад; Положение ноги sur le cou-de-pied спереди (основное и условное), сзади; Battement frappé в сторону, вперед и назад носком в пол и на 45°; Relevé на полупальцах по I, II, V позиции, с вытянутых ног и с demi-plié. Battement tendu-soutenu вперед, в сторону и назад; Préparation для rond de jambe par terre; Battement fondu в сторону, вперед и назад носком в пол. Grand plié по I, II, III позиции; Battement relevé lent лицом к станку; Grand battement jeté из I позиции; Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку);

## **6. Танцевальная практика**

*Теория:* Закрепление навыков классического и народно - сценического танцев. Историческая справка номера.

*Практика:* Освоение основных комбинаций из танцев. Постановочная работа. Освоение движений, комбинаций танца и отработка исполнительских нюансов. Прослушивание музыкального материала. Просмотр музыкально - хореографических спектаклей.

## **7. Танцевальная импровизация**

*Теория:* Развитие актерского мастерства, хореографической памяти, воображения, фантазии.

*Практика:* Импровизация на заданные темы (например, : представление образа животных, игрушек, настроения, времен года).

## **8. Воспитательная работа**

*Практика:* Проведение различных мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание личности гражданина (Приложение 3).

## **9. Концертная деятельность**

*Теория:* Правила поведения на концертах и выступлениях.

*Практика:* Концертная деятельность

### **Примерный репертуар 1 года обучения**

1. Музыкально - ритмические композиции («Полонез», «Танец с зонтиками»)
2. Тематические композиции («Танец снежинок», «Весенний вальс»);

3. Народно - сценические композиции («Русский перепляс», «Калинка», «Китайский танец с веерами», «Матрешки», «Тарантелла»)

#### **10. Контрольное занятие**

*Практика:* Промежуточная аттестация по окончании 1 года обучения.

#### **11. Итоговое занятие**

Подведение итогов. Награждение исполнителей. Концерт.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА ПРОГРАММЫ 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

### **1. Вводное занятие**

*Теория:* Инструктаж по технике безопасности. Цели и задачи на третий год обучения

*Практика:* Упражнения на выносливость, координацию движений, память, внимание.

### **2. Разминка, *parterre* тренаж.**

*Теория:* Разминка - Включает в себя движения на развитие координации движений, головы рук, корпуса.

*Практика:* Тренаж - упражнения на развитие выносливости, силы ног, гибкости позвоночника, растяжку: сидя на полу, лежа на спине, на животе; упражнения на формирование мышечного корсета.

### **3. Основы народно - сценического танца**

*Теория:* Элементы Русского танца различных областей. Элементы Еврейского танца. Элементы Румынского танца. Элементы Венгерского танца. Элементы Японского танца.

*Практика:* Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения. Основные движения руками. Виды русских ходов и поворотов. Простой бытовой ход с поворотом. «Боярский» ход с использованием приставных шагов. Широкий шаг - «мазок». Боковой приставной шаг на *plié* с выведением через подмену ноги. Хороводный шаг на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях. Шаг - удар с небольшим приседанием одновременно. Ходы с каблучков. Композиции из основных шагов. «Припадание». «Веревочка». «Моталочки». Все виды «Гармошечек». «Ковырялочка». Повороты с «Веревочкой». Повороты с «Моталочкой». Дробные движения. Двойные притопы. Тройные притопы. Притопы в продвижении. Притопы вокруг себя. Ритмические выстукивания в чередовании с хлопками. Простая дробь полупальцами. Простые переборы каблучками. переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке. Двойная дробь с притопом. Тройные притопы. «Ключ» простой». Припадания по первой прямой позиции. Подскоки. «Поджатые прыжки. Элементы Еврейского танца. Элементы Румынского танца; Основные движения Венгерского танца: сложная работа рук, ключи. Элементы Японского танца. Культура исполнения

### **4. Основы классического танца**

*Теория:* Движения классического тренажа (усложнение). Видеофильмы по хореографии: «Танцует ансамбль народного танца И.Моисеева». «Творческие портреты. Майя Плисецкая - легенда русского балета». Видеозаписи репетиций.

*Практика:* Preparation для рук (держась одной рукой за палку); Demi-plié по IV позиции; Battement tendu double battements tendu по II позиции; Rond de jambe par terre en dehor et en dedan на demi-plié; Battement fondu с plié-relevé на всей стопе на 45°; Battement soutenu в сторону, вперед и назад, носком в пол и на 45° на всей стопе; Battement frappé et double frappe носком в пол и на 45° на целой стопе; Rond de jambe en l'air en dehor et en dedans на 45° на всей стопе; Pas coupe на целой стопе; Pas tombée на месте, опорная нога в положении sur le cou-de-pied; Battement developpe в сторону, вперед и назад; Grand plié по IV позиции; Petit battement sur le cou-de-pied перенос ноги равномерный, позднее с акцентом вперед и назад; Relevé на одной ноге, другая в положении sur le cou-de-pied и на 45°; Полуповороты soutenu en dehor et en dedan на двух ногах; Battements revelé lent на 90° из I, V позиции вперед, в сторону и назад; Grand battement из I и V позиции вперед, в сторону и назад; Battement retiré; Позы у станка.

### **5. Танцевальная практика**

*Теория:* Закрепление навыков классического и народно - сценического танцев. Историческая справка номера.

*Практика:* Освоение основных комбинаций из танцев. Постановочная работа.

### **6. Танцевальная импровизация**

*Теория:* Знакомство с понятием «импровизация» в танце. Объяснение основных правил построения импровизации

*Практика:* Импровизация на заданную тему.

### **7. Воспитательная работа.**

*Практика:* Проведение различных мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание личности гражданина (Приложение 3).

### **8. Концертная деятельность**

*Теория:* Правила поведения на концертах и выступлениях.

*Практика:* Концертная деятельность

### **Примерный репертуар 2 года обучения.**

- 1.Музыкально - ритмические композиции («Менуэт», «Веселая зарядка»);
- 2.Тематические композиции («Осеннее рандеву», «Катюша», « Российский флаг»);
- 3.Народно - сценические композиции («Русский перепляс», «Московская кадрили», «Матрешечки», «Гжель», «Росиночка Россия», «Китайский танец с веерами», «Египетский танец»; «Греческий танец»).

### **9. Контрольное занятие**

*Практика:* Промежуточная аттестация по окончании 2 года обучения.

### **10. Итоговое занятие**

Подведение итогов. Награждение исполнителей. Концерт.

## **1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### *Обучающие:*

- знание начальных понятий танцевальной терминологии;
- правильность и четкость исполнения элементов классического тренажа у станка и на середине зала;
- исполнять основные движения классического и народно - сценического танцев;
- чёткость исполнения фигур;
- синхронность в исполнении.
- 

### *Развивающие:*

- развитие чувства ритма за счет сочетания различных ритмических рисунков в танцевальных комбинациях;
- согласовывать музыку и движение;
- ориентироваться в пространстве танцевального зала и относительно друг друга;
- развить физическую выносливость, гибкость, пластику движений;
- самостоятельно исполнять выученный танец;
- развить внимание, память, воображение.

### *Личностные:*

- повышение общего культурного уровня;
- навыки выражения своих эмоций и управления ими;
- импровизировать на заданную тему;
- выполнять творческие задания;
- владеть своим телом, развить физическую выносливость, гибкость, пластику движений.
- умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и соперничества

### **Метапредметные результаты:**

- правила поведения в хореографическом зале, на сцене и в концертных залах, танцевальных площадках;
- требования к внешнему виду танцора.

К концу второго года обучающие смогут самостоятельно составлять комбинации из набора основных элементов. Выполнять основные движения классического тренажа у станка; движения русского танца; движения танцев из репертуара, владеть современными хореографическими направлениями. У обучающихся развиты необходимые для танцев физические способности, воображение, дети становятся более внимательными. Получают представление о постановке номеров, о методике выполнения проученных движений танца, о правилах поведения в социуме. Сформируется творческое воображение и фантазия, а также устойчивый интерес к знаниям и саморазвитию посредством самотренировок.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. ФОРМА АТТЕСТАЦИИ

Обучение по программе «В мире народного танца» предполагает работу обучающихся по отработке и закреплению полученных знаний и умений, а также серьезную внутреннюю работу по воспитанию необходимых качеств личности.

Видами контроля в процессе обучения по программе «В мире народного танца» являются: входящая диагностика, текущий контроль и промежуточная аттестация по окончании 1 года обучения и 2 года обучения.

Входящая диагностика проводится в сентябре, после вводного занятия. Учащимся предлагается ответить на теоретические вопросы и выполнить практическое задание.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** журнал посещаемости, оценочные листы по выполнению творческих заданий и тестов, грамоты, сертификаты, фото.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** открытое занятие, отчетное выступление на фестивале МОУ ДО «РЦДОД» «Я талантлив».

Сопоставляя начальный уровень подготовки учащихся и конечный (результаты промежуточной аттестации) можно судить о достигнутых результатах по освоению программы.

На основании оценочных материалов, представленных в разделе 2.2 составляется итоговый протокол промежуточной аттестации обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе «В мире народного танца» (Приложение 1), который является одним из отчетных документов и хранится в архиве МОУ ДО «РЦДОД».

Также результаты входящего контроля и промежуточной аттестации учащихся фиксируются педагогом дополнительного образования в журнале учета работы объединения МОУ ДО «РЦДОД» (Приложение 2), которые являются отчетными документами и хранятся в архиве МОУ ДО «РЦДОД».

Критерии оценки результативности определяются таким образом, чтобы можно было определить отнесенность обучающегося к одному из трех уровней результативности: высокий, средний, низкий.

Критерии оценки результативности не должны противоречить следующим показателям:

- высокий уровень – успешное освоение обучающимся более 70% содержания образовательной программы, подлежащей аттестации;
- средний уровень – успешное освоение обучающимся от 50% до 70% содержания образовательной программы, подлежащей аттестации;
- низкий уровень – успешное освоение менее 50% содержания образовательной программы, подлежащей аттестации.

Критериями оценки результативности обучения обучающихся также являются:

- критерии оценки уровня теоретической подготовки;

- критерии оценки уровня практических умений и навыков;
- критерии оценки уровня развития и воспитанности: культура организации практической деятельности: культура поведения; творческое отношение к выполнению практического задания; аккуратность и ответственность при работе.

## 2.2 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### Входная диагностика

Входная диагностика проводится с детьми, поступающими на первый год обучения в форме просмотра. Цель диагностики – проследить динамику развития и рост мастерства учащихся. Диагностический контроль даёт возможность определить уровень мотивации выбора и устойчивости интереса, воспитанности учащихся, творческих способностей, отношение к трудовой деятельности. Результативность выполнения программы отслеживается путем проведения первичного, промежуточного и итогового этапов диагностики.

Входная диагностика на начальном этапе дает возможность педагогу подобрать оптимальный объем учебного материала, определить точки роста учащихся. Во время первичной диагностики определяются следующие данные: координация, музыкальность, гибкость, растяжка, прыжок, память.

Критерии оценки: удовлетворительно, хорошо, отлично.

Результаты первичной диагностики фиксируются в диагностической ведомости приёма детей.

### Диагностическая карта приёма обучающихся

№ п/п	Фамилия, имя	Координация	Музыкальность	Гибкость	Растяжка	Прыжок	Память	Примечания

Критерии оценивания:

#### **Координация.**

Ребёнку предлагается простое упражнение на координацию – 16 прыжков с соединением ног и синхронным опусканием рук вниз, затем соединить ноги, руки раскрыть в стороны.



Низкий уровень - ребёнок не может скоординировать ноги и руки во время всего упражнения.

Средний уровень - ребёнок координирует руки и ноги на первых 8 прыжках.

Высокий уровень - ребёнок хорошо координирует ноги и руки во время всего упражнения.

### **Музыкальность.**

Ребёнок должен пройти по кругу под музыку марша, не сбиваясь с ноги, точно в такт музыки.

Низкий уровень - ребёнок не может пройти в такт музыки.

Средний уровень - ребёнок иногда сбивается с ноги во время упражнения.

Высокий уровень - ребёнок не сбивается с ноги во время всего упражнения.

### **Гибкость.**

Ребёнок должен согнуться как можно сильнее вперёд и перегнуться назад, не сгибая колен.

Низкий уровень - ребёнок не может достать пальцами до пола, гнётся назад на 25 градусов.

Средний уровень - ребёнок достаёт пальцами до пола, гнётся назад на 45 градусов.

Высокий уровень - ребёнок достаёт ладонями до пола, гнётся назад на 90 градусов.

### **Растяжка.**

Ребёнок должен (как можно сильнее) растянуться на продольный и поперечный шпагаты.

У станка проверяется уровень поднятия ноги (шаг) вперёд, в сторону, назад.

Низкий уровень - ребёнок не достаёт до пола около полуметра, у станка не может поднять и подержать ногу на 45 градусов.

Средний уровень - ребёнок не достаёт до пола 10 сантиметров, у станка поднимает и держит ногу на 90 градусов.

Высокий уровень - ребёнок свободно растягивается на шпагат, у станка поднимает и держит ногу на уровне более 90 градусов.

### **Прыжок.**

Ребёнок должен сделать 16 прыжков как можно выше.

Низкий уровень - ребёнок отрывается от пола на 5 сантиметров.

Средний уровень - ребёнок отрывается от пола 10 сантиметров.

Высокий уровень - ребёнок отрывается от пола на 20 –30 сантиметров.

### **Память.**

Ребёнку предлагается простое упражнение, которое он должен запомнить и повторить: 4 шага на месте, 4 хлопка.

Низкий уровень - ребёнок не может запомнить и повторить упражнение с третьего раза.

Средний уровень - ребёнок запоминает и повторяет упражнение со второго раза.

Высокий уровень - ребёнок запоминает и повторяет упражнение с первого раза.

По результатам первичной диагностики ребёнок, показавший только отличные результаты по всем критериям, может быть зачислен сразу в более старшую группу.

Упражнения подбираются педагогом с учётом возраста ребёнка. Старшим детям можно дать задания более сложные.

### **Критерии оценок при проведении промежуточной аттестации для учащихся 1 года обучения**

Критерии контроля: правильность исполнения изученных упражнений, знание порядка исполнения комбинаций.

Уровни оценки: «низкий», «средний», «высокий».

Уровень «низкий» - обучающийся плохо знает учебный материал, не может сказать название упражнений, путается в комбинациях.

Уровень «средний» - ребёнок хорошо знает учебный материал, знает название упражнений, но иногда путается в комбинациях.

Уровень «высокий» - ребёнок отлично знает учебный материал, знает название упражнений, не путается в комбинациях, выполняет упражнения уверенно и правильно.

### **Текст контрольного занятия по народному танцу (1 год обучения)**

#### ***Беседа на знание изученной терминологии:***

- Как называется первое упражнение экзерсиса?
- Переведите этот термин на русский язык.
- В каких позициях исполняется «деми» и «гранд плие»?
- Как называется следующее движение экзерсиса?
- Какие упражнения народного танца вы знаете?
- Какие позиции ног применяются в народно - сценическом танце?

#### ***Практическая работа по исполнению народно - сценического экзерсиса***

Качественное исполнение комбинаций на середине зала:

- Притопы простые.
- Притопы с ударом каблука
- Дробная дорожка;
- Перескоки простые;
- Перескоки с ударом каблука
- Трюки мальчиков.
- Подготовка к вращениям девочек.

Качественное исполнение комбинаций на середине зала:

- Бег по диагонали с соскоком;
- Хлопушка, движения и комбинации номера «Под дудочку»;
- Движения и комбинации танца «Тарантелла».
- Пор де бра.

### **Текст контрольного занятия по классическому танцу**

## (1 год обучения)

### ***Беседа на знание изученной терминологии:***

- Как называется первое движение экзерсиса?
- Переведите этот термин на русский язык.
- В каких позициях исполняется «деми» и «гранд плие»?
- Как называется следующее движение экзерсиса?
- Какие движения экзерсиса исполняются в первой позиции?

### ***Практическая работа по исполнению классического экзерсиса***

Качественное исполнение комбинаций у станка:

- Деми и гранд плие;
- Батман тандю;
- Батман тандю жете;
- Ронд де жамп партер;
- Батман фондю;
- Гранд батман;

Качественное исполнение комбинаций на середине зала:

- Тан леве соте;
- Па эшапе;
- Тан леве соте по 5 позиции;
- Пор де бра;
- Исполнение поворотов шене по диагонали зала

### **Критерии оценок при проведении промежуточной аттестации для учащихся 2 года обучения**

#### ***Классический танец.***

*Низкий уровень:* учащийся не достаточно хорошо знает терминологию классического экзерсиса и не может ответить на 3 из 5 заданных вопросов, не уверенно исполняет большинство из заданных упражнений классического танца.

*Средний уровень:* учащийся хорошо знает терминологию классического танца и правильно отвечает на 4 из 5 заданных вопросов. Уверенно и правильно исполняет большинство упражнений.

*Высокий уровень:* учащийся правильно и чётко знает терминологию классического экзерсиса, уверенно отвечает на задаваемые вопросы. Правильно исполняет все упражнения классического танца.

#### ***Народный танец.***

*Низкий уровень:* учащийся не достаточно хорошо знает терминологию народно - сценического экзерсиса и не может ответить на 3 из 5 заданных вопросов, не уверенно исполняет большинство из заданных упражнений народно - сценического танца.

*Средний уровень:* учащийся хорошо знает терминологию народно - сценического танца и правильно отвечает на 4 из 5 заданных вопросов. Уверенно и правильно исполняет большинство упражнений.

*Высокий уровень:* учащийся правильно и чётко знает терминологию народно - сценического экзерсиса, уверенно отвечает на задаваемые вопросы. Правильно исполняет все заданные упражнения, комбинации и трюки.

### **Текст контрольного занятия по классическому и народному танцу**

#### ***Беседа на знание порядка упражнений классического экзерсиса.***

- Почему упражнения классического танца построены именно в том порядке, в каком они исполняются?
- Что такое деми и гранд - плие?
- Что такое батман – девлёпе?
- Чем отличается батман - жете от гранд - батман жете?
- Какие позиции рук и ног применяются в классическом экзерсисе?
- Какие группы мышц развивают упражнения батман - фондю и пордебра?
- Какие упражнения можно делать только на середине зала и почему?
- Правила исполнения простых прыжков.
- Что такое шажман – де - пьед?
- Правила работы головы при поворотах вправо - влево.
- Правила работы спины и рук во время исполнения пордебра.
- Какие группы мышц задействованы в упражнении «батман - жете» в молдавском характере?
- Какие группы мышц задействованы в упражнении «гуцульское выстукивание»?
- Рассказать о характере исполнения деми и гранд - плие в русском характере.
- Рассказать о характере исполнения упражнения «батман - тандю каблучный».
- Рассказать о характере исполнения упражнения «батман - фондю» в русском характере.
- Рассказать правила работы рук при исполнении сложных хлопшек.
- Рассказать правила исполнения присядок и трюков.
- Рассказать правила исполнения бега.
- Рассказать правила исполнения дробей.

#### **Практические занятия по исполнению упражнений.**

- Деми и гранд плие в комбинации с релеве и пордебра.
- Батман-тандю в комбинации с ролёвэ, плие и батман-тандю пур-ле-пъед. Батман- жете в комбинации с пике и дубль-пике. Рон-де-жамб партер в комбинации с ролёве-лян и гран-батман жете.

- Батман-фондю и дубль батман-фондю в комбинации с батман- девлёпе и батман-сутуню.
- Гранд-батман жете.
- Деми и гранд плие в комбинации со 2-м пордебра в малых позах круазе.
- Простые прыжки по 6, 1, 2 и 5 позициям.
- Ассамбле в комбинации с шажман-де-пъед.
- Па эшапе в комбинации с тан леве соте.
- 1 и 3 пордебра во 1, 2 и 5 позициям.
- Деми и гранд плие в русском характере.
- Батман - тандю с переводом стопы с носка на каблук.
- Батман - тандю каблучный в русском характере.
- Батман - жете в молдавском характере.
- Русское выстукивание с работой пятки опорной ноги.
- Гуцульское выстукивание.
- Батман - фондю в русском характере.
- Гранд – батман в русском характере с растяжкой на станке.
- Простые дроби по 6 позиции.
- Сложные дроби с переступанием по 3 позиции.
- Дробное заключение.
- Заключительное пор де бра и поклон.

## **2.3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Место проведения дополнительной общеобразовательной программы будет осуществляться в МОУ «Невонская СОШ» №1 в Усть-Илимском районе, хорошо освещенном и проветриваемом учебном кабинете, который отвечает требованиям санитарно – гигиенических норм, правилам техники безопасности, установленных для помещений.

**Оборудование:** музыкальная аппаратура, аудио записи; видеоматериалы; DVD диски (с аудио и видео материалами); DVD диски с обучающими материалами; компьютер; проектор; экран.

**Инструменты и материалы:** сменная обувь, аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

**Кадровое обеспечение программы:** программу реализует педагог дополнительного образования (хореограф).

## **2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **АНКЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Анкета для родителей позволяет привлечь родителей к более тесному взаимодействию с педагогами объединения. Для проведения отчётных концертов ансамбля, поездок, праздников и мероприятий МОУ ДО «РЦДОД», часто требуется помощь родителей в приобретении подарков, перевозки костюмов,

изготовления реквизита к танцам, сценических декораций и т.п. Данная анкета позволяет определить, какую помощь при необходимости могут оказать родители ребёнка

В ходе реализации программы предусматривается помощь детей в выполнении творческих работ, проектов, которые помогают определить степень усвоения детьми учебного материала, их мотивацию к занятиям хореографией, чувство коллективизма и товарищества. Данная анкета позволяет определить склонность ребёнка к тем или иным занятиям, его интересы и правильно подобрать для него задание при работе над проектами и творческими работами.

### Текст анкеты

Дорогие родители! Для осуществления индивидуального подхода к Вашему ребёнку просим Вас ответить на вопросы предлагаемой анкеты. Результаты ответов помогут педагогу улучшить взаимодействие с Вашим ребёнком, сделать образовательный процесс более содержательным и интересным, помочь повысить результативность воспитательного процесса, предупредить и преодолеть многие отклонения в развитии личности. Спасибо за сотрудничество!

Фамилия, имя ребёнка: \_\_\_\_\_

1. Что больше интересует Вашего ребёнка: компьютерные игры, игры, требующие физической силы и выносливости? \_\_\_\_\_
2. Что больше нравится делать Вашему ребёнку: заниматься спортом, тихими занятиями, требующими сосредоточенности и внимания, групповыми или индивидуальными занятиями? \_\_\_\_\_
3. Какие способности Вы хотите развить у Вашего ребёнка в первую очередь: гибкость, выносливость, память, физическую силу, сделать ребёнка разносторонне развитым? \_\_\_\_\_
4. Какие умения и навыки Вы считаете самыми важными? \_\_\_\_\_
5. В какой поддержке и помощи со стороны педагога Ваш ребёнок нуждается? \_\_\_\_\_
6. Ваш ребёнок сам хочет заниматься в ансамбле или этого хотите Вы? \_\_\_\_\_
7. Компьютер, телевизор, телефон в жизни Вашего ребёнка: \_\_\_\_\_
8. С удовольствием ли Ваш ребёнок выполняет обязанности по дому? \_\_\_\_\_
9. Доброжелательно ли относится Ваш ребёнок к своим товарищам? \_\_\_\_\_
10. Что вы ждёте для вашего ребёнка от занятий хореографией? \_\_\_\_\_
11. Особенности Вашего ребёнка (на что следует обратить внимание?): \_\_\_\_\_
12. Ваши пожелания и предложения педагогу: \_\_\_\_\_

Также педагогом разработана инструкция по технике безопасности на занятиях в хореографическом зале (Приложение 4).

**ПРОТОКОЛ**  
**результатов промежуточной аттестации,**  
**обучающихся МОУ ДО «РЦДОД»**  
\_\_\_\_\_ учебный год

Объединение: \_\_\_\_\_

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа и срок ее реализации: \_\_\_\_\_

Год обучения: \_\_\_\_\_ Кол-во учащихся в объединении: \_\_\_\_\_

ФИО педагога: \_\_\_\_\_

Дата проведения аттестации: \_\_\_\_\_

Форма проведения промежуточной аттестации: \_\_\_\_\_

**РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

<b>№</b>	<b>Фамилия, имя ребенка</b>	<b>Высокий уровень</b>	<b>Средний уровень</b>	<b>Низкий уровень</b>
1				
2				
3				
4				
5				







**План воспитательной работы на 2023 – 2024 учебный год  
по дополнительной общеразвивающей программе  
«В мире народного танца»**

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки
1	Сбор заявлений родителей о зачислении ребенка в состав коллектива, рассылка информационных писем родителям «Как записать ребенка на программу в Навигаторе», оказание помощи при записи ребенка на обучение по программе на портале «Навигатор»	август сентябрь, октябрь
2	Работа с родителями (индивидуальные консультации, встречи, беседы)	в течение года
3	Обмен опытом (участие в мастер классах, просмотр видеоматериалов сторонних хореографических коллективов)	в течение года
4	Концерт «Поздравляем наших учителей»	октябрь
5	Концерт «Новогодний серпантин»	декабрь
6	Подготовка и участие в поселковых мероприятиях (23 февраля, 8 марта, День Победы)	февраль март май
7	Подготовка и участие в отчетном мероприятии МОУ ДО «РЦДОД» «Я талантлив»	в течение года апрель
8	Концерт к юбилею МОУ ДО РЦДОД	
9	Демонстрация успехов родителям обучающихся через концертную деятельность	в течение года
10	Проведение показательных занятий	в течение года
11	Отчётный концерт	май

## **Инструкция по технике безопасности на занятиях в хореографическом зале**

### **1. Общие требования**

1.1. Прием детей в группы проходит без специального отбора. К танцевальным занятиям допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, проводимый педагогом на первом занятии.

1.2. В хореографическом зале учащиеся должны заниматься в балетной или спортивной форме. Форма должна быть без жестких или мешающих элементов, не иметь широких карманов и выступающих накладных деталей, позволяющая свободно выполнять движения; внешний вид одежды должен быть чистым и опрятным.

1.3. В хореографическом зале учащиеся должны заниматься в сменной обуви с мягкой плоской подошвой (чешки, балетки). Обувь должна хорошо держаться на ноге и позволять выполнять движения на полупальцах.

1.4. Приходить в танцевальный зал аккуратно причёсанными, с гладко убранными волосами.

1.5. Уважительно относиться ко всем членам танцевальной группы.

1.6. Бережно относиться к оборудованию зала, поддерживать чистоту и порядок.

1.7. Сообщить преподавателю о перенесенных травмах и хронических заболеваниях.

1.8. В случае плохого самочувствия сообщить об этом преподавателю, обратиться к медицинской сестре.

### **2. Требования до занятий и во время занятий**

2.1. Перед началом занятия необходимо снять с себя часы, цепочки, кольца, браслеты, большие серьжки и другие жесткие и мешающие предметы.

2.2. Перед выполнением движений качественно выполнить разминку и разогреть мышцы.

2.3. При исполнении движений потоком (один за другим) необходимо соблюдать достаточные интервалы. Возвращаться по краям зала, не мешая другим учащимся.

2.4. При проведении занятий соблюдать правила поведения, дисциплину, расписание танцевальных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

2.5. Не выполнять без страховки и без разрешения преподавателя сложные элементы и движения.

2.6. Не стоять близко к станку, зеркалам и друг к другу при выполнении движений.

#### **2.7. Запрещается во время занятия:**

- ✓ употреблять пищу и жевать жевательные резинки,
- ✓ отвлекаться и отвлекать других во время выполнения упражнения,
- ✓ перебегать от одного места занятий к другому без разрешения преподавателя,
- ✓ трогать музыкальную аппаратуру без разрешения преподавателя.

2.8. В случае невыполнения или нарушения правил техники безопасности учащемуся делается замечание и с ним проводится повторный инструктаж. В случае повторного нарушения он может быть отстранен от тренировок, а при злом нарушении – отчислен из состава занимающихся.

### **3. При аварийных ситуациях**

3.1. В случае возникновения аварийных ситуаций принять меры к эвакуации учащихся.

3.2. В случае возникновения аварийных ситуаций сообщить руководству, при пожаре – известить службу МЧС – 01.

- 3.3. Оказать первую помощь пострадавшим в случае травматизма.
- 3.4. В случае возгорания аппаратуры отключить ее из электросети.
- 3.5. Не приступать к работе при плохом самочувствии или внезапной болезни.

#### **4. Требования безопасности по окончании работы**

- 4.1. Проветрить кабинет.
- 4.2. Выключить электроприборы, компьютер.
- 4.3. Выключить электроосвещение, закрыть кабинет на ключ.
- 4.4. Обо всех недостатках, отмеченных во время работы, сообщить руководству.

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### Календарный учебный тематический план по дополнительной общеразвивающей программе «В мире народного танца» на 2022-2023 год (1 год обучения)

№	Дата	Название раздела; темы занятия	объём часов	форма занятия	Форма аттестации/ контроля
1.	09.09	Вводное занятие.	2		
2.	11.09	Музыкальная фраза, музыкальный такт, затакт. Слабая и сильная доля. Темп. Ритм. Характер музыки. Разминка, <i>parterre</i> тренаж	2		
3.	13.09	Разминка, <i>parterre</i> тренаж. Упражнения на работу стоп.	2		
4.	15.09	Разминка, <i>parterre</i> тренаж. Упражнения на мышцы спины и плечевого корсета.	2		
5.	18.09	Русский поклон. Основные положения и движения рук. Основные положения рук в рисунках танца.	2		
6.	20.09	Тренаж - упражнения на развитие выносливости	2		
7.	22.09	Элементы Русского танца. Китайского танца.	2		
8.	25.09	Движения классического тренажа (усложнение).	2		
9.	27.09	Тренаж - упражнения на силу мышц, растягивание позвоночника	2		
10.	29.09	Русские ходы и элементы русского танца.	2		
11.	02.10	<i>Demi</i> ; <i>Grand plie</i> I, II, V позиции. <i>Battement tandy</i> из I позиции вперед, в сторону, назад <i>Battement tandy jete</i> с V позиции в сторону, вперед и назад.	2		
12.	04.10	Упражнения на выворотность	2		
13.	06.10	Простой переменный ход на полупальцах. Тройной шаг на полупальцах с	2		

		приседанием и без него.			
14.	09.10	Упражнения на растяжку	2		
15.	11.10	Шаг - удар по 1 прямой позиции. Шаг - удар с небольшим приседанием одновременно.	2		
16.	13.10	Повторение постановки корпуса.	2		
17	16.10	Шаг - мазок каблуком через 1 прямую позицию Композиции из основных шагов.	2		
18	18.10	Battements tendu jeté из I, V позиции в сторону, вперед и назад; Battement tendu jeté с piques в сторону, вперед и назад;	2		
19	20.10	Упражнения на формирование осанки, координацию в работе рук и ног	2		
20	23.10	Повторение Battements tendu jeté из I, V позиции в сторону, вперед и назад; Battement tendu jeté с piques в сторону, вперед и назад;	2		
21	25.10	«Припадание». «Веребочка». «Моталочки».	2		
22	27.10	Разминка, parterre тренаж Растяжка.	2		
23	30.10	Проучивание положение ноги sur le cou-de-pied спереди (основное и условное),сзади; Battement frappé в сторону, вперед и назад носком в пол и на 45°;	2		
24	01.11	Повторение комбинаций «Моталочка в повороте».	2		
25	03.11	Разминка, parterre тренаж Растяжка	2		
26	08.11	Relevé по I, II, V позиции, с вытянутых ног и с demi-plié. Battement tendu-soutenu вперед, в сторону и назад;	2		
27	10.11	Разминка, parterre тренаж Упражнения на выносливость, пресс.	2		
28	13.11	Правила поведения на концертах и выступлениях. Подготовка к конкурсам	2		
29	15.11	Закрепление навыков классического и народно - сценического танцев. Историческая справка номера	2		

30	17.11	Battement tendu-soutenu вперед, в сторону и назад; Préparation для rond de jambe par terre; Battement fondu в сторону, вперед и назад носком в пол	2		
31	20.11	Все виды «Гармошечек» . «Ковырялочка».	2		
32	22.11	Тренаж на развитие выворотности	2		
33	24.11	Основы классического танца. Повторение, отработка и закрепление ранее проученного материала	2		
34	27.11	Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой 1 позиции. Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук .	2		
35	29.11	Разминка, parterre тренаж. Упражнения на полу.	2		
36	01.12	Grand plié по I, II, III позиции; Battement relevé lent лицом к станку; Grand battement jeté из I позиции;	2		
37	04.12	Упражнения на выносливость, кардио упражнения	2		
38	06.12	Дробные движения. Двойные притопы. Тройные притопы.	2		
39	08.12	Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку); Полуповороты у палки an deor и an dedan 2т 4/4	2		
40	11.11	Разминка, parterre тренаж. Упражнения на формирование мышечного корсета	2		
41	13.12	Элементы Китайского танца.	2		
42	15.12	Основы классического танца. На середине зала: прыжки sotte по 1,2 позициям ног	2		
43	18.12	Разминка, parterre тренаж. Упражнения на силу мышц.	2		
44	20.12	Повторение, отработка и закрепление элементов Китайского танца	2		
45	22.12	Основы классического танца. На середине зала: прыжок echarpe, 1-2 por de bra рук.	2		
46	25.12	Повторение, отработка и закрепление всех упражнений. Технический зачёт по теме	2		технический зачет



		«Разминка, parterre тренаж»			
47	27.12	Подготовка к конкурсам	2		
48	29.12	Основы классического танца. На середине зала: прыжок: par balance, par de bask на 2 т-а 4/4.	2		
49	10.01.2024	Элементы Белорусского танца: боковой галоп с остановкой и притопом	2		
50	12.01	Основы классического танца. На середине зала: прыжки sothe по 1,2 позициям ног, echarpe, 1-2 por de bra рук, par balance, par debask на 2 т-а 4/4.	2		
51	15.01	Танцевальная практика. Освоение основных комбинаций из танцев.	2		
52	17.01	Танцевальная практика. Освоение основных комбинаций из танцев.	2		
53	19.01	Концертная деятельность. Конкурсные мероприятия	2		
54	22.01	Основы классического танца. Повторение комбинаций у станка и на середине зала	2		
55	24.01	Элементы Белорусского танца, положение рук в белорусском танце	2		
56	26.01	Элементы Белорусского танца: перескоки с ударом по 6 позиции	2		
57	29.01	Элементы Белорусского танца: перескоки с ударом по 6 позиции	2		
58	31.01	Основы классического танца. Упражнения на растяжку	2		
59	02.02	Танцевальная практика. Повторение основных комбинаций из танцев.	2		
60	05.02	Притопы в продвижении. Притопы вокруг себя. Ритмические выстукивания в чередовании с хлопками.	2		
61	07.02	Основы классического танца. Повторение, отработки закрепление ранее выученного.	2		
62	09.02	Танцевальная практика. Освоение движений, комбинаций танца и отработка	2		

		исполнительских нюансов.			
63	12.02	Танцевальная практика. Освоение движений, комбинаций танца и отработка исполнительских нюансов.	2		
64	14.02	Простая дробь полупальцами. Простые переборы каблучками. Переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке.	2		
65	16.02	Танцевальная практика. Постановочная работа.	2		
66	19.02	Основы народно - сценического танца. Элементы Китайского танца.	2		
67	21.02	Концертная деятельность	2		
68	26.02	Двойная дробь с притопом . Тройные притопы.	2		
69	28.02	Танцевальная практика. Прослушивание музыкального материала	2		
70	01.03	Основы народно - сценического танца. «Ключ» простой . Припадания по первой прямой позиции по схеме. Подскоки. «Поджатые» прыжки.	2		
71	04.03	Концертная деятельность	2		
72	06.03	Основы народно - сценического танца. Основные элементы Греческого танца.	2		
73	11.03	Основы народно - сценического танца. «Вращения» ( шене; фуете)	2		
74	13.03	Танцевальная практика. Проучивание танца «Белоруссия»	2		
75	15.03	Танцевальная зарисовка на материале упражнений: «ковырялочка» и «веревочка».	2		
76	18.03	Концертная деятельность	2		
77	20.03	Основы народно - сценического танца. Проучивание комбинаций «Верёвочка»	2		
78	22.03	Концертная деятельность	2		
79	25.03	Танцевальная практика. Проучивание танца	2		

		«Греция»			
80	27.03	Разучивание комбинаций на середине зала, разные сложно - ритмические рисунки.	2		
81	29.03	Концертная деятельность	2		
82	01.04	Основы народно - сценического танца. Повторение элементов Русского и Белорусского танцев.	2		
83	03.04	Танцевальная импровизация. Развитие актерского мастерства, хореографической памяти, воображения, фантазии.	2		
84	05.04	Концертная деятельность	2		
85	08.04	Основы народно - сценического танца. Повторение и отработка связок на основе русских движений.	2		
86	10.04	Танцевальная импровизация. Тренинг на развитие актерских способностей	2		
87	12.04	Концертная деятельность	2		
88	15.04	Основы народно - сценического танца. Повторение элементов Китайского и Греческого танцев.	2		
89	17.04	Танцевальная практика. Повторение танцев «Русский»; «Китайского с веерами»	2		
90	19.04	Танцевальная импровизаций. Тренинг на развитие хореографической памяти.	2		
91	22.04	Концертная деятельность	2		
92	24.04	Танцевальная практика. Повторение танцев «Белоруссия»; «Греция»	2		
93	26.04	Танцевальная практика. Отработка нюансов в исполнении Русского танца, работа рук.	2		
94	03.05	Танцевальная импровизаций. Тренинг на развитие воображения, фантазии.	2		
95	06.05	Танцевальная практика. Отработка нюансов в исполнении Греческого танца.	2		
96	08.05	Концертная деятельность	2		
97	13.05	Танцевальная импровизация. Импровизация на тему: «Русские	2		

		красавицы».			
98	15.05	Танцевальная практика. Повторение всех ранее проученных танцев.	2		
99	17.05	Танцевальная практика. Повторение всех ранее проученных танцев.	2		
100	20.05	Танцевальная практика. Повторение всех ранее проученных танцев.	2		
101	22.05	Танцевальная импровизация. Импровизация на тему: «Бал».	2		
102	24.05	Танцевальная импровизация. Импровизация на тему: представление образа животных.	2		
103	25.05	Концертная деятельность	2		
104	27.05	Повторение, отработка и закрепление ранее проученного. Подготовка к контрольному занятию	2		
105	28.05	Повторение, отработка и закрепление ранее проученного. Подготовка к контрольному занятию	2		
106	29.05	Повторение, отработка и закрепление ранее проученного. Подготовка к контрольному занятию	2		
107	31.05	Контрольное занятие.	2		аттестация
108	31.05	Итоговое занятие.	2		
		<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>		