

Государственное образовательное учреждение дополнительного образования
Тульской области
«Центр дополнительного образования детей»

Программа рассмотрена на заседании
педагогического совета
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»,
протокол № 4
от «30» августа 20 18 г.



Утверждаю
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В. Groшев
приказ от «30» августа 20 18 г. № 205

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Экзерсис»

Направленность: художественная
Возраст: 5-18 лет
Срок реализации: 6 лет (864 часа)
Уровень реализации: многоуровневая

Составитель:
педагог дополнительного образования
Буланова М.И.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Художественно-эстетическое воспитание и физическое развитие детей в современном обществе рассматривается как приоритетное направление государственной политики.

Классический танец является фундаментом танцевальной подготовки, источником высокой исполнительской культуры и способствует физическому и эстетическому развитию учащихся.

Классический танец представляет собой четко выработанную систему движений. Непременные условия классического танца: выворотность ног, большой танцевальный шаг, гибкость, устойчивость, вращение, легкий и высокий прыжок, свободное и пластичное владение руками, четкая координация движений, выносливость и сила. Таким образом, классический танец развивает физические качества учащихся, укрепляет мышцы и сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические основы и навыки правильной постановки корпуса, координацию движений и танцевальность.

В связи с этим в 2015 году была разработана дополнительная общеразвивающая программа «Экзерсис», которая в 2016 году получила статус дополнительной общеразвивающей многоуровневой программы: 1 – 2 год обучения - стартовый уровень, 3 – 6 год обучения – базовый уровень.

В 2018 году дополнительная общеразвивающая программа «Экзерсис» перестала быть базовой основой программы «Вдохновение», выделилась в самостоятельную художественной направленности, поэтому изменились ее адресат, содержание, репертуар.

Дополнительная общеразвивающая программа «Экзерсис» способствует решению задач, поставленных педагогом дополнительного образования, обеспечивает условия для развития творческого потенциала детей.

Программа направлена на формирование и развитие артистических дарований, на способность к эмоциональному переживанию и выражению своего «Я» в танцевальном творчестве.

В настоящее время в дополнительном образовании не существует типовой программы обучения танцу. Базой для составления программы послужили материалы из учебников хореографии, психологии, личный опыт педагога дополнительного образования и результаты мониторинга родителей и детей.

Новизна данной программы заключается в особенности методики преподавания, что способствует достижению результативности за счет темпоритма занятий и наличия собственной системы хореографической работы с детьми.

Актуальность программы заключается в том, что оптимально сбалансированное содержание имеет решающее значение в укреплении здоровья подрастающего поколения, развитии культуры движений и внутренней культуры, эстетического восприятия окружающего мира.

«Одно па, один жест, одно движение способны высказать то, что не может быть выражено никакими другими средствами; чем сильнее чувство, которое надлежит живописать, тем труднее выразить его словами». - Ж.Ж.Новерр «Письма о танце».

Педагогические исследования, систематически проводимые педагогом дополнительного образования, показывают динамику роста физического, творческого, личностного потенциала учащихся по сравнению с предыдущим учебным годом. Согласно педагогическому мониторингу, проведенному среди родителей, выявлена актуальность их запросов на реализацию данной программы: у 100% респондентов оправдались ожидания по предоставлению дополнительных образовательных услуг по данной программе. Проанализированы интересы детей: 60%; отметили, что программа предоставляет возможность научиться новому, 20 % указали на возможность творческого самовыражения, 15% – на творческое развитие, 5% – иное.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы «Экзерсис» заключается в том, что благодаря занятиям хореографией, дети приобретают не только двигательные умения и навыки, знания в областях искусства и культуры, но развивают физические качества и функциональные возможности организма. Программа способствует укреплению психологической устойчивости.

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что содержание программы подобрано с учетом возрастных особенностей ребенка, его физических и функциональных возможностей, оно может варьироваться в зависимости от условий обучения и возможностей обучающихся. На стартовом уровне большое внимание уделяется занятиям с детьми по разделу «Ритмика», все движения выполняются в игровой и танцевальной форме под «живой» аккомпанемент. Выполнение элементов под музыкальное сопровождение повышает заинтересованность занимающихся и способствует более быстрому эмоциональному освоению практического материала.

Партнерная гимнастика – основная форма развития физических и функциональных возможностей организма ребенка на первых ступенях освоения сложных хореографических «па», на занятиях 4-6 годов обучения она используется как разогревающий тренаж. Для эмоционального подъема и более активного развития физических и функциональных возможностей учащихся программа предполагает использование различных предметов (мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, игрушки и т.д.). На этой базе можно достичь хороших результатов в освоении классического танца.

В программе конкретизированы задачи. Более полно описан адресат программы. Объем программы предусматривает общее количество часов, необходимое на весь период обучения. В приложение введен по новой форме календарный учебный график. В календарном учебном графике темы чередуются между собой.

Учитывая фактор как опережающего, так и отстающего развития, педагог оставляет за собой право на перевод одаренных детей на более высокий уровень обучения. Детей, которые в силу определенных причин (из-за отсутствия природных данных, по состоянию здоровья и т.д.) не могут освоить данный учебный материал педагог может перевести на более низкий уровень обучения или оставить на том же образовательном уровне, учитывая пожелания родителей.

Адресат программы. Дополнительная общеразвивающая программа «Экзерсис» предназначена для детей 5 – 18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний, желающих заниматься классическим танцем, разных по уровню умений и природных способностей.

Программой определен переход учащихся с одного уровня на другой. При успешном завершении стартового уровня по итогам результатов промежуточной аттестации в форме открытого контрольного занятия предполагается переход учащихся на базовый уровень. В соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и аттестации учащихся детских объединений ГОУДО ТО «ЦДОД» учащимся, успешно прошедшим итоговую аттестацию в форме защиты творческого проекта, по решению педсовета выдается свидетельство об обучении.

Добор учащихся проводится в форме собеседования, просмотра танцевальной и физической подготовки, по результатам комплексной оценки физических и психологических возможностей ребенка.

Программный материал распределяется по годам обучения по сложности восприятия с учетом особенностей психофизиологического развития учащихся разных возрастных групп и базируется на основных канонах классического танца.

Психофизиологические характеристики учащегося различных возрастных групп (психические и психологические новообразование, память, мышление, внимание, воображение, учебная деятельность, речь и др.) показывают, что каждому возрасту присущи свои специфические особенности, влияющие на приобретение учащимися умений и навыков как в учебной деятельности, так и в сфере формирования танцевальной культуры. Каждый возрастной этап характеризуется специфической направленностью личности, сопровождается изменением форм общения, воспитания, новыми формами и видами деятельности, особенностью созревания организма.

Знание психофизиологических особенностей конкретных возрастных групп учащихся позволяет педагогу не только осуществлять дифференцированный подход к обучаемым, но, и профессионально грамотно выбрать наиболее эффективные формы и методы обучения, зависящие от возрастных особенностей учащихся. Педагог, умело используя огромные психолого-физиологические резервы каждого возраста, не форсируя результат обучения, может достичь значительных результатов в своей деятельности.

Круг интересов учащихся разнообразен в связи с возрастными особенностями, но детей объединяет общий интерес к занятиям танцами и сотворчеством.

Учащийся свободно общается с детьми и с уважением относится к педагогу, поддерживает детей группы, соперничает вместе с ними, открыт, активен на занятии, целеустремлен, внимателен, усидчив, наблюдателен, старателен и дисциплинирован, обладает волей, артистизмом и выразительностью.

Программой может быть предусмотрено обучение талантливых и одаренных детей по индивидуальному образовательному маршруту.

Учащиеся, успешно освоившие данную программу, впоследствии могут получить наиболее полную подготовку в области хореографии по программам других педагогов. Кроме того, как показал опыт, могут поступить в средние профессиональные и высшие учебные учреждения по данному профилю творческой деятельности.

Количество учащихся по дополнительной общеразвивающей программе «Экзерсис» в группах соответствует локальному нормативному акту ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Программой определен объем материала, который может быть использован или изменён с учётом состава группы, физических данных и возможностей каждого учащегося.

Объём дополнительной общеразвивающей программы «Экзерсис» – составляет 864 часа, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы в полном объеме.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое комбинированное занятие с ярко выраженным индивидуальным подходом, которое нацелено на освоение теоретического и практического материала. Групповой метод обучения способствует созданию соревновательного фона, стимулирующего повышенную работоспособность учащихся. Это позволяет учащимся развивать умения эффективно взаимодействовать в группе, способствует самораскрытию ребенком своих потенциальных возможностей. На занятиях предусматривается работа небольшими группами, что формирует навыки взаимопомощи, самоконтроля, развивает внимательность, воспитывает отзывчивость, ответственность.

Виды занятий разнообразны и определяются целью, задачами, содержанием, педагогической необходимостью и двигательной подготовленностью учащихся: практическое занятие, игры, праздники, репетиции, открытые занятия, контрольные занятия.

Обучение предполагает посещение хореографических, музыкальных, театральных мероприятий (балет, концерты детских коллективов, спектакли), всевозможные выставки, детские праздники и обсуждение увиденного, что способствует эстетическому воспитанию, усвоению учащимися ценностного ряда.

Срок реализации программы 6 лет.

Режим занятий. Занятия проводятся:

- 1-2 год обучения (стартовый уровень) 2 раза в неделю по 2 учебным часам, с обязательным проведением 10-ти минутной динамической паузы, что составляет 144 часа в год и соответствует действующим нормам СанПиН. 2.4.4.3172-14.
- 3 – 6 год обучения (базовый уровень) 2 раза в неделю по 2 учебным часам, что составляет 144 часов в год и соответствует действующим нормам СанПиН. 2.4.4.3172-14.

Цели и задачи программы

Цель дополнительной общеразвивающей программы - раскрытие и развитие творческого и физического потенциала ребенка средствами хореографии – реализуется через решение следующих задач:

научить:

- пониманию «языка» движений, их красоты;
- выражению собственных ощущений;
- использованию специальной терминологии;
- технике выполнения движений танца;
- эмоциональной выразительности исполнения движений танца;
- слушанию, пониманию и восприятию музыки;
- самостоятельному использованию полученных практических навыков и теоретических знаний в сферах творческой деятельности;
- приемам самоконтроля;
- базовым предметным и межпредметным понятиям.

Привить:

- устойчивый познавательный интерес к занятиям танцевальным искусством;
- эстетический и художественный вкус.

Сформировать:

- основы двигательной танцевальной культуры как части общей культуры;
- практические умения и навыки хореографии;
- определенные теоретические знания в сфере балетного и музыкального искусства;
- качества, необходимые для социальной адаптации;
- установку на безопасный здоровый образ жизни;

умения:

- организовывать здоровьесформирующую и здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренний зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- планировать двигательную деятельность в режиме дня, организовывать активный отдых и досуг;
- взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- анализировать свою деятельность и проводить ее коррекцию;
- анализировать деятельность других учащихся и давать ей оценку;
- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах танцевальной деятельности;
- управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

навыки:

- технически правильного выполнения движения танца;
- эмоционально-выразительного и музыкально исполнения движений танца;
- волевой саморегуляции;
- культуры поведения, в том числе в учебном диалоге и его адаптацию в среде сверстников;
- сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Развить:

- основные физические качества: выносливость и др.;
- функциональные возможности организма;
- общекультурный кругозор, художественный вкус, музыкальные и танцевальные способности, эмоциональную выразительность;
- музыкальную и двигательную память;
- пластическую выразительность через фантазию, воображение, креативное творческое и образное мышление.

Воспитать:

- толерантность, уважительное отношение к другому человеку;
- доброжелательность, умение сопереживать, открытость и т.д.;
- культуру поведения;
- морально-волевые качества личности: волю, творческий азарт, активность, целеустремленность, усидчивость, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, старательность, дисциплинированность, самостоятельность, смелость, уверенность в себе;

- уважительное отношение к иному мнению;
- бережное отношение к достижениям национальной и мировой танцевальной культуры;
- мотивация к творческому труду, работе на результат, ответственность за свою деятельность.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Предметные результаты

К концу обучения по данной программе учащиеся

научатся:

- понимать «язык» движений, их красоту;
- выражать собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- использовать терминологию танца;
- технике выполнения движений танца;
- эмоционально выразительно исполнять движений танца;
- слушать, понимать и воспринимать музыку;
- приемам самоконтроля.

У учащихся будут сформированы умения и навыки:

- практические умения и навыки хореографии;
- основы теоретических знаний в сфере балетного и музыкального искусства;
- основы двигательной культуры как части общей культуры поведения;
- определенные эстетические принципы и ценности;
- понятия закономерностей техники выполнения танцевальных элементов;
- навыки здорового образа жизни,
- адекватная самооценка;
- способность к саморазвитию;
- основы положительного психоэмоционального состояния на занятиях;
- технически правильного выполнения танцевальных упражнений;
- эмоционально-выразительного исполнения упражнений и музыкально -пластического интонирования;
- волевой саморегуляции;

умения:

- организовывать здоровьесформирующую и здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренний зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.)
- планировать двигательную деятельность в режиме дня, организовывать активный отдых и досуг;
- взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- анализировать свою деятельность и проводить ее коррекцию;
- анализировать деятельность других учащихся и давать ей оценку;

навыки:

У учащихся будут развиты:

- основные физические качества: выносливость и др.;
- функциональные возможности организма;
- музыкальная и двигательная память;
- пластическая выразительность через фантазию, воображение, креативное творческое и образное мышление;
- общекультурный кругозор, художественный вкус, музыкальные и танцевальные способности, эмоциональную выразительность.

Учащиеся будут привиты:

- основы двигательной танцевальной культуры как части общей культуры;
- устойчивый познавательный интерес к культуре танца и двигательной активности;
- эстетический и художественный вкус.

Метапредметные результаты

У учащихся будут сформированы:

- основы двигательной танцевальной культуры как части общей культуры;
- культура поведения, в том числе в учебном диалоге;
- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- умения и потребности в самостоятельном образовательном, творческом и духовном развитии.

Навыки:

- обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- самостоятельно пользоваться полученными знаниями, умениями, практическими навыками в сферах творческой деятельности;
- анализировать свою деятельность и проводить ее коррекцию;

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха.
- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах танцевальной деятельности;
- пользоваться базовыми предметными и межпредметными понятиями.

Личностные результаты

У учащихся будут воспитаны:

- уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре народов;
- бережное отношение к достижениям национальной и мировой танцевальной культуры;
- культура поведения;
- доброжелательность, отзывчивость,
- эстетическая отзывчивость на прекрасное и безобразное в жизни и в искусстве;
- морально-волевые качества личности: воля, творческий азарт, активность, целеустремленность, внимательность, усидчивость, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, старательность, дисциплинированность, самостоятельность, целеустремленность, смелость, уверенность в себе,
- толерантность, уважительное отношение к другому человеку;

Сформированы:

- умение управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- мотивация к творческому труду, работе на результат, ответственность за свою деятельность;
- навыки волевой саморегуляции;
- установка на безопасный здоровый образ жизни;
- способность к саморазвитию.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план 1 года обучения (стартовый уровень)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Вводное занятие	2	1	1	Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.
2	Раздел 2. Ритмика	55	4	51	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 2.1 Ориентация и координация движений в пространстве	15	1	14	
	Тема 2.2. Основные средства музыкально-ритмической выразительности	15	1	14	
	Тема 2.3. Элементы народно-сценического и историко-бытового танца	15	1	14	
	Тема 2.4 Музыкальные и подвижные игры	10	1	9	
3	Раздел 3. Партерная гимнастика	60	2	58	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
	Тема 3.1. Развитие гибкости, диапазона подвижности суставов и амплитуды движения.	30	1	29	

	Тема 3.2. Развитие мышечной силы и координации движений.	30	1	29	
4	Раздел 4. Конкурсная и концертная деятельность	23	2	21	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений. <i>Промежуточная аттестация:</i> открытое занятие. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.
	Тема 4.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца.	13	1	12	
	Тема 4.2. Репетиционная работа	10	1	9	
5	Раздел 5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера	2	0,5	1,5	Наблюдения родителей, педагогическое наблюдение
6	Раздел 6. Итоговое занятие	2	0,5	1,5	<i>Промежуточная аттестация:</i> выступление на отчетном концерте «Дом окнами в детство». Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.
	Итого часов	144	10	134	

Содержание учебно-тематического плана 1 года обучения (стартовый уровень)

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Вводный инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи программы на предстоящий учебный год. Критерии внешнего вида - форма одежды, прическа. Знакомство с детьми. Определение «правая рука», «левая рука».

Практика. Построение, поднимание рук, ходьба, бег по кругу, игра на внимание.

Формы контроля. Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.

Раздел 2. Ритмика

Раздел 2.1. Основные средства музыкально-ритмической выразительности

Теория: Понятия: статические и динамические движения; Музыкальные понятия: ритм, быстро, медленно, громко, тихо музыкальный размер и т.д. Особенности техники выполнения танцевальных и ритмических элементов во взаимосвязи с музыкой.

Практика: Упражнения, передающие характер музыки хлопками, движениями рук и головы на шагах марша, галопа, польки.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 2.2. Ориентация и координация движений в пространстве

Теория: Представление о частях тела, поясов опорно-мышечного аппарата, мышцах и их значении при выполнении танцевальных элементов. Понятия: правильная осанка, плоскостей и положений тела и его частей в пространстве. Понятия: линия, колонна, интервал, круг, точки зала, границы площадки, углы, середина, центр. Точки деления танцевального класса.

Практика: Фигурная ходьба. Фигурный бег с изменением направления, темпа и ритма движения в соответствии с музыкальным сопровождением с разнообразной работой ног и рук. Упражнения на правильную постановку корпуса, рук, ног и головы.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 2.3. Элементы народно-сценического и историко-бытового танца

(см. Приложение №6)

Теория: Понятия «народный танец», «историко-бытовой», бальный и современный танец, их характерные особенности. Терминология и техника выполнения танцевальных элементов.

Практика: Разучивание и совершенствование элементов народно-сценического и историко-бытового танца.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 2.4. Музыкальные и подвижные игры (см. Приложение №4)

Теория: Правила и условия игр: «Замри», «Совушка», «Угадай счет», «Кот и воробьи», «Гуси вы, гуси», «Зайка», «Море волнуется» и т.д.

Практика: Игры: «Замри», «Совушки», «Угадай счет», «Кот и воробьи», «Гуси вы, гуси» «Зайка», «Море волнуется ...» и т.д.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, игры.

Раздел 3. Партерная гимнастика (Приложение №7)

Тема 3.1. Развитие гибкости, диапазона подвижности суставов и амплитуды движения.

Теория. Терминология элементов партерной гимнастики. Представление о частях тела, поясов опорно-мышечного аппарата, мышцах, их взаимодействие при выполнении физических движений на растягивание. Техника безопасности при выполнении элементов на гибкость и растягивания. Техника выполнения упражнений на растягивание в партере.

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики на гибкость и растягивания.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 3.2. Развитие мышечной силы и координации движений.

Теория. Терминология элементов партерной гимнастики. Понятия: динамические, статические, силовые и расслабляющие упражнения. Представление о координации мышечного напряжения Основы правильного дыхания и напряжения мышц. Техника выполнения упражнений в партере на развитие мышечной силы.

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики на развитие мышечной силы.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 4. Конкурсная и концертная деятельность

Тема 4.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца. (см. Приложение №8,).

Теория. Знакомство с содержанием (сюжетом) танцевальной композиции и характером музыкального сопровождения, с главными персонажами и сюжетом танца. Определение рисунка танца. Техника безопасности при исполнении танцевальных движений.

Практика. Изучение и совершенствование элементов танца. Составление композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Тема 4.2. Репетиционная работа

Теория. Понятие: сценическая площадка, синхронность выполнения элементов танца, чёткое перестроение, сохранение рисунка. Техника безопасности при исполнении танцевальной композиции.

Практика. Репетиция танца: работа над синхронностью, четким выполнением элементов и перестроений, характерным, выразительным исполнением танцевальной композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания. *Промежуточная аттестация:* открытое занятие. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.

Раздел 5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

Теория. Беседы, викторины, посвященные определенным событиям в мире и в России, знаменательные даты и события.

Практика. Посещение театров, различных концертов, конкурсов, соревнований, тематических праздников, выставок.

Форма контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос, педагогическое наблюдение, наблюдение родителей.

Раздел 6. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года.

Практика. Выполнение движений под музыкальное сопровождение.

Форма контроля. Промежуточная аттестация: выступление на отчетном концерте «Дом окнами в детство». Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.

Планируемые результаты

Учащиеся должны знать:

- правила ТБ и ОТ и ППБ, правила поведения на занятиях.
- понятия: правая и левая рука, правильная осанка, статические и динамические движения; линия, колонна; интервал, круг.
- музыкальные понятия: ритм, быстро, медленно, громко, тихо, музыкальный размер и т.д.
- точки деления танцевального класса.
- особенности техники выполнения элементов танца, ритмики, партерной гимнастики во взаимосвязи с музыкой.
- основные положения рук;
- основные стойки и положения ног
- основные плоскости и положения тела и его частей в пространстве
- технику выполнения упражнений в партере.
- основы правильного дыхания и напряжения мышц;
- правила и условия игр на внимание, «Совушки», «Угадай счет» и т.д.;
- элементы и сюжет танца.

Должны уметь:

- выполнять: правила ТБ и ОТ, правила поведения на занятиях;
- сохранять постановку корпуса, рук и ног принятую в танцевальном искусстве
- чувствовать ритм музыкального произведения
- ориентироваться в пространстве;
- держать линию, колонну;
- соблюдать интервалы, строить круг;
- соблюдать интервалы во время движения;
- выполнять танцевальные элементы: бег, подскоки, приставной шаг, галоп, притоп, и т.д.
- выполнять элементы танца;
- исполнять танец.

Будет воспитано:

- дружелюбное отношение к друг к другу и уважительное отношение к педагогу;
- дисциплинированность, старательность, усидчивость, внимательность;
- музыкальность, эстетическое восприятие окружающего, культура поведения.

Будут сформированы:

- основы самооценки деятельности на занятии (с помощью педагога);
- основы навыков работы в коллективе;
- навыки здорового образа жизни;
- навыки эмоциональной выразительности исполнения движений.

Учебно-тематический план 2 года обучения (стартовый уровень)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Вводное занятие	2	1	1	Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.
2	Раздел 2. Ритмика	55	3	52	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 2.1. Основные средства музыкально-ритмической выразительности	20	1	19	
	Тема 2.2. Элементы народно-сценического и историко-бытового танца	25	1	24	
	Тема 2.3. Музыкальные и подвижные игры	10	1	9	
3	Раздел 3. Партерная гимнастика	60	2	58	Текущий контроль: педагогическое

	Тема 3.1. Развитие гибкости, диапазона подвижности суставов и амплитуды движения.	30	1	19	наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
	Тема 3.2. Развитие мышечной силы и координации движения	30	1	19	
4	Раздел 4. Конкурсная и концертная деятельность	23	2	21	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений. <i>Промежуточная аттестация:</i> открытое занятие. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.
	Тема 4.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца	13	1	12	
	Тема 4.2. Репетиционная работа	10	1	9	
5	Раздел 5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера	2	0,5	1,5	Наблюдения родителей, педагогическое наблюдение
6	Раздел 6. Итоговое занятие	2	0,5	1,5	<i>Промежуточная аттестация:</i> выступление на отчетном концерте «Дом окнами в детство».. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование учащихся.
	Итого часов	144	9	135	

Содержание учебно-тематического 2 года обучения (стартовый уровень)

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Вводный инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи программы на предстоящий учебный год. Критерии внешнего вида - форма одежды, прическа. Повторение пройденного теоретического материала.

Практика. Повторение пройденного практического материала.

Формы контроля. Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.

Раздел 2. Ритмика

Тема 2.1. Основные средства музыкально-ритмической выразительности

Теория. Терминология и понятия: тембр звука, длительность звука, музыкальные размеры, затакт, регистр, музыкальная динамика, музыкальная форма и т.д., особенности техники выполнения ритмических элементов во взаимосвязи с музыкой.

Практик. Упражнения, передающие характер музыки: тембр звука, длительность звука, музыкальные размеры, затакт, регистр, музыкальная динамика, музыкальная форма и т.д. упражнения, выполняемые в соответствии с характером музыкального сопровождения:

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 2.2. Элементы народно-сценического и историко-бытового танца

(см. Приложение №6)

Теория. Терминология и особенности техники выполнения танцевальных «pas»: шаг с plie; double шаг с plie; pas польки

Практик. Выполнение: танцевальных «pas»: шаг с plie; double шаг с plie; pas польки

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, танцевальных «рас».

Тема 2.3. Музыкальные и подвижные игры (см. Приложение №4)

Теория. Правила и условия игр: «Вместе - врозь», «Бездомный заяц», «Паук и мухи», «Эхо», «Веселые паучки», «Рисуем мелодию», «Пустое место», и т.д.

Практик. Игры: «Вместе - врозь», «Бездомный заяц», «Паук и мухи», «Эхо», «Веселые паучки», «Рисуем мелодию», «Пустое место» и т.д.;

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, игры.

Раздел 3. Партерная гимнастика (см. Приложение №7)

Тема 3.1. Развитие гибкости, диапазона подвижности суставов и амплитуды движения.

Теория. Терминология элементов партерной гимнастики. Техника выполнения упражнений на растягивание и гибкость.

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики на растягивание и гибкость.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 3.2. Развитие мышечной силы и координации движений.

Теория. Терминология элементов партерной гимнастики. Представление о сложно координированных элементах. Техника выполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 4. Конкурсная и концертная деятельность

Тема 4.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца (см. Приложение №8).

Теория. Знакомство с содержанием (сюжетом) танцевальной композиции и характером музыкального сопровождения, с главными персонажами и сюжетом танца. Определение рисунка танца. Техника безопасности при исполнении танцевальных движений.

Практика. Изучение и совершенствование элементов танца. Составление композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: *Промежуточная аттестация*: открытое занятие. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей. Педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Тема 4.2. Репетиционная работа

Теория. Понятие: сценическая площадка, синхронность выполнения элементов танца, чёткое перестроение, сохранение рисунка. Техника безопасности при исполнении танцевальной композиции.

Практика. Репетиция танца: работа над синхронностью, четким выполнением элементов и перестроений, характерным, выразительным исполнением танцевальной композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Раздел 5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

Теория. Беседы, викторины, посвященные определенным событиям в мире и в России, знаменательные даты и события.

Практика. Посещение театров, различных концертов, конкурсов, соревнований, праздников, выставок.

Форма контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос, педагогическое наблюдение, наблюдение родителей.

Раздел 6. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года.

Практика. Выполнение движений под музыкальное сопровождение.

Форма контроля. *Промежуточная аттестация*: Участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство». Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.

Планируемые результаты

Учащиеся должны знать:

- правила ТБ и ОТ и ППБ, поведения на занятиях;
- терминологию и понятия: тембр звука, длительность звука, музыкальные размеры, затакт, регистр, музыкальная динамика, музыкальная форма и т.д.;
- особенности техники выполнения ритмических элементов во взаимосвязи с музыкой.
- терминологию и особенности техники выполнения танцевальных «рас»: шаг с plie; double шаг с plie; pas польки;
- терминологию элементов партерной гимнастики.
- техника выполнения элементов партерной гимнастики;
- представление о частях тела, поясов опорно-мышечного аппарата, мышцах, их взаимодействие при выполнении физических движений на растягивание, об основных и промежуточных положениях рук, головы; ног, туловища.

- понятия: динамические, статические, силовые и расслабляющие упражнения.
- представление о координации мышечного напряжения
- основы правильного дыхания и напряжения мышц.
- правила и условия игр: «Вместе - врозь», «Бездомный заяц», «Паук и мухи», «Эхо», «Веселые паучки», «Рисуем мелодию», «Пустое место», и т.д.
- элементы и сюжет танца.

Должны уметь:

выполнять:

- правила ТБ и ОТ, правила поведения на занятиях;
- упражнения, передающие характер музыки: тембр звука, длительность звука, музыкальные размеры, затакт, регистр, музыкальная динамика, музыкальная форма и т.д. в соответствии с характером музыкального сопровождения;
- танцевальных «pas»: шаг с plie; double шаг с plie; pas польки;
- упражнения партерной гимнастики на постановку рук, головы, ног и туловища, на растягивание;
- координировать мышечное напряжение.
- выполнять элементы танца;
- исполнять танец.

Будет воспитано:

- дружелюбное отношение к друг к другу и уважительное отношение к педагогу;
- дисциплинированность, старательность, усидчивость, внимательность;
- музыкальность, эстетическое восприятие окружающего, культура поведения.

Будут сформированы:

- основы самооценки деятельности на занятии (с помощью педагога);
- основы навыков работы в коллективе;
- навыки здорового образа жизни;
- навыки эмоциональной выразительности исполнения движений.

Учебно-тематический план 3 года обучения (базовый уровень)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Вводное занятие	2	1	1	Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.
2	Раздел 2. Ритмика	18	1	17	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 2.1. Элементы народно-сценического и историко-бытового танца	18	1	17	
3	Раздел 3. Партерная гимнастика	40	2	38	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
	Тема 3.1. Развитие гибкости, диапазона подвижности суставов и амплитуды движения.	20	1	19	
	Тема 3.2. Развитие мышечной силы и координации движений	20	1	19	
4	Раздел 4. Основы классического экзерсиса	60	4	56	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
	Тема 4.1. Экзерсис у станка	40	2	38	
	Тема 4.2. Экзерсис на середине зала	10	1	9	

					материалу, выполнение движений
	Тема 4.3. Allegro	10	1	9	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
5	Раздел 5. Конкурсная и концертная деятельность	20	2	18	Текущий контроль: <i>Промежуточная аттестация:</i> открытое занятие. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.
	Тема 5.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца	10	1	9	Педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 5.2. Репетиционная работа	10	1	9	
6	Раздел 6. Мероприятия воспитательно-познавательного характера	2	0,5	1,5	Наблюдения родителей, педагогическое наблюдение
7	Раздел 7. Итоговое занятие	2	0,5	1,5	<i>Промежуточная аттестация:</i> участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство». Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.
	Итого часов	144	11	133	

Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения (базовый уровень)

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория: Вводный инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи программы на предстоящий учебный год. Критерии внешнего вида - форма одежды, прическа. Повторение базового теоретического материала.

Практика. Задания на повторение пройденного практического материала.

Формы контроля. Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.

Раздел 2. Ритмика

Тема 2.1. Элементы народно-сценического и историко-бытового танца

(см. Приложение №6)

Теория: Терминология, техника выполнения элементов народно-сценического и историко-бытовых танцев.

Практика: Разучивание и совершенствование элементов народно-сценического и историко-бытового танца.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 3. Партерная гимнастика (см. Приложение №7)

Тема 3.1. Развитие гибкости, диапазона подвижности суставов и амплитуды движений.

Теория. Терминология элементов партерной гимнастики. Техника выполнения упражнений.

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики на растягивание.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 3.2. Развитие мышечной силы и координации движений.

Теория. Терминология элементов партерной гимнастики. Техника выполнения упражнений в партере.

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому

материалу, выполнение движений.

Раздел 4. Основы классического экзерсиса.

Тема 4.1. Экзерсис у станка (см Приложение №1)

Теория: Хореографические понятия и термины: позиции ног и рук, plies, battements, точки класса, направления и позы. Техника выполнения движений классического танца: позиции ног и рук, plies, battements, поклон.

Практика: Выполнение элементов классического экзерсиса у станка под аккомпанемент концертмейстера.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 4.2. Экзерсис на середине (см. Приложение №2).

Теория: Техника выполнения движений классического танца на середине. Нумерация точек зала.

Практик. Выполнение движений классического экзерсиса на середине.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений

Тема 4.3. Allegro (прыжковые движения) (см. Приложение №3)

Теория. Терминология и техника выполнения движений классического экзерсиса - allegro.

Практик. Выполнение движений классического экзерсиса - allegro.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 5. Конкурсная и концертная деятельность

Тема 5.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца (см. Приложение №8).

Теория. Знакомство с содержанием (сюжетом) танцевальной композиции и характером музыкального сопровождения, с главными персонажами и сюжетом танца. Определение рисунка танца. Техника безопасности при исполнении танцевальных движений.

Практика. Изучение и совершенствование элементов танца. Составление композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Тема 5.2. Репетиционная работа

Теория. Понятие: сценическая площадка, синхронность выполнения элементов танца, чёткое перестроение, сохранение рисунка. Техника безопасности при исполнении танцевальной композиции.

Практика. Репетиция танца: работа над синхронностью, четким выполнением элементов и перестроений, характерным, выразительным исполнением танцевальной композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: *Промежуточная аттестация:* открытое занятие. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей. Педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Раздел 6. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

Теория. Беседы, викторины, посвященные определенным событиям в мире и в России, знаменательные даты и события.

Практика. Посещение театров, различных концертов, конкурсов, соревнований, праздников, выставок.

Форма контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос, педагогическое наблюдение, наблюдение родителей.

Раздел 7. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года.

Практика. Выполнение движений под музыкальное сопровождение.

Форма контроля. *Промежуточная аттестация:* участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство». Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.

Планируемые результаты

Учащиеся должны знать:

- правила ТБ и ОТ и ППБ, поведения на занятиях;
- хореографические понятия и термины: позиции ног и рук, plies, battements, точки класса, направления и позы;
- технику выполнения движений классического танца: позиции ног и рук, plies, battements, поклон;
- нумерацию точек зала.
- элементы и сюжет танца.

Должны уметь:

- выполнять: правила ТБ и ОТ, правила поведения на занятиях;
- выполнять элементы классического экзерсиса у станка, на середине зала, прыжковые движения в соответствии с программными требованиями (см. Приложения №1, 2, 3) в сочетании с музыкальным сопровождением.
- выполнять движения партерной гимнастики
- сохранять постановку корпуса, рук и ног принятую в танцевальном искусстве.
- выполнять элементы танца;
- исполнять танец.

Будет воспитано:

- дружелюбное отношение к друг к другу и уважительное отношение к педагогу;
- дисциплинированность, старательность, усидчивость, внимательность;
- музыкальность, эстетическое восприятие окружающего, культура поведения.

Будут сформированы:

- основы самооценки деятельности на занятии (с помощью педагога);
- основы навыков работы в коллективе;
- навыки здорового образа жизни;
- навыки эмоциональной выразительности исполнения движений.

Учебно-тематический план 4 года обучения (базовый уровень)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Вводное занятие	2	1	1	Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.
2	Раздел 2. Ритмика	16	1	15	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 2.1. Элементы народно-сценического и историко-бытового танца	16	1	15	
3	Раздел 3. Партерная гимнастика	22	2	20	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
4	Раздел 4. Основы классического экзерсиса	80	4	76	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
	Тема 4.1. Экзерсис у станка	30	2	28	
	Тема 4.2. Экзерсис на середине зала	30	1	29	
	Тема 4.3. Allegro	22	1	21	
5	Раздел 5. Конкурсная и концертная деятельность	20	2	18	Текущий контроль: <i>Промежуточная аттестация:</i> открытое контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей. Педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 5.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца	10	1	9	
	Тема 5.2. Репетиционная работа	10	1	9	
6	Раздел 6. Мероприятия воспитательно-познавательного характера	2	0,5	1,5	Наблюдения родителей, педагогическое наблюдение
7	Раздел 7. Итоговое занятие	2	0,5	1,5	<i>Промежуточная аттестация:</i> участие отчетном концерте «Дом окнами в детство».

					Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.
	Итого часов	144	11	133	

Содержание учебно-тематического плана 4 года обучения (базовый уровень)

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Вводный инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи программы на предстоящий учебный год. Критерии внешнего вида - форма одежды, причёска. Повторение пройденного теоретического материала.

Практика. Задания на повторение пройденного практического материала.

Формы контроля. Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.

Раздел 2. Ритмика

Тема 2.1. Элементы народно-сценического и историко-бытового танца

(см. Приложение №6)

Теория: Терминология и техника выполнения элементов народно-сценического и историко-бытовых танцев.

Практика: Разучивание и совершенствование элементов народно-сценического и историко-бытового танца.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 3. Партерная гимнастика (см. Приложение №7)

Теория. Техника выполнения упражнений на растягивание в партере. Техника безопасности при выполнении элементов.

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики, разминочный тренаж. растягивание.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 4. Основы классического экзерсиса.

Тема 4.1. Экзерсис у станка (см. Приложение №1)

Теория. Хореографические понятия и термины, техника выполнения движений классического танца у станка.

Практика. Выполнение элементов классического экзерсиса у станка под аккомпанемент концертмейстера.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 4.2. Экзерсис на середине (см. Приложение №2).

Теория. Техника выполнения движений классического танца на середине.

Практик. Выполнение движений классического экзерсиса на середине.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 4.3. Allegro (прыжковые движения) (см. Приложение №3)

Теория. Терминология и техника выполнения движений классического экзерсиса - allegro.

Практик. Выполнение движений классического экзерсиса - allegro.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 5. Конкурсная и концертная деятельность

Тема 5.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца (см. Приложение №8)

Теория: Знакомство с содержанием (сюжетом) танцевальной композиции и характером музыкального сопровождения, с главными персонажами и сюжетом танца. Определение рисунка танца. Техника безопасности при исполнении танцевальных движений.

Практика. Изучение и совершенствование элементов танца. Составление композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Тема 5.2. Репетиционная работа

Теория. Понятие: сценическая площадка, синхронность выполнения элементов танца, чёткое перестроение, сохранение рисунка. Техника безопасности при исполнении танцевальной композиции.

Практика. Репетиция танца: работа над синхронностью, четким выполнением элементов и перестроений, характерным, выразительным исполнением танцевальной композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: *Промежуточная аттестация:* открытое контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.

Педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Раздел 6. Мероприятия воспитательно-познавательного характера.

Теория. Беседы, викторины, посвященные определенным событиям в мире и в России, знаменательные даты и события.

Практика. Посещение театров, различных концертов, конкурсов, соревнований, праздников, выставок.

Форма контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос, педагогическое наблюдение, наблюдение родителей.

Раздел 7. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года.

Практика. Исполнение танца.

Форма контроля. *Промежуточная аттестация:* участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство». Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.

Планируемые результаты

Учащиеся должны знать:

- правила ТБ и ОТ и ППБ, поведения на занятиях;
- хореографические понятия и термины
- технику выполнения движений классического танца у станка, на середине, allegro.
- сюжет и характер исполняемого танца

Должны уметь:

выполнять:

- правила ТБ и ОТ, правила поведения на занятиях;
- движения классического экзерсиса у станка, на середине зала, прыжковые движения (allegro) в соответствии с программными требованиями (см. Приложения №1, 2, 3) в сочетании с музыкальным сопровождением;
- выполнять элементы танца и весь танец.

Будет воспитано:

- дружелюбное отношение к друг к другу и уважительное отношение к педагогу;
- дисциплинированность, старательность, усидчивость, внимательность;
- музыкальность, эстетическое восприятие окружающего, культура поведения.

Будут сформированы:

- основы самооценки деятельности на занятии (с помощью педагога);
- основы навыков работы в коллективе;
- навыки здорового образа жизни;
- навыки эмоциональной выразительности исполнения движений.

Учебно-тематический план 5 года обучения (базовый уровень)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Вводное занятие	2	1	1	Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.
2	Раздел 2. Партерная гимнастика	18	1	17	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
3	Раздел 3. Основы классического экзерсиса	100	3	97	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
	Тема 3.1. Экзерсис у станка	45	1	44	
	Тема 3.2. Экзерсис на середине зала	30	1	29	
	Тема 3.3. Allegro	25	1	24	

4	Раздел 4. Конкурсная и концертная деятельность	20	2	18	Текущий контроль: <i>Промежуточная аттестация:</i> открытое контрольное занятие. Мониторинг уровня развития и обучения учащихся. Педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 4.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца	10	1	9	
	Тема 4.2. Репетиционная работа	10	1	9	
5	Раздел 5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера	2	0,5	1,5	Наблюдения родителей, педагогическое наблюдение
6	Раздел 6. Итоговое занятие	2	0,5	1,5	Самооценка выполненного задания (с помощью педагога), педагогическое наблюдение, наблюдения родителей, <i>Промежуточная аттестация:</i> участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство». Мониторинг уровня развития и обучения учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей
Итого часов		144	8	136	

Содержание учебно-тематического плана 5 года обучения (базовый уровень)

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Вводный инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи программы на предстоящий учебный год. Критерии внешнего вида - форма одежды, прическа. Повторение пройденного теоретического материала.

Практика. Задания на повторение пройденного практического материала.

Формы контроля. Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.

Раздел 2. Партерная гимнастика (см. Приложение №7)

Теория. Техника выполнения элементов и движений партерной гимнастики, техника безопасности при выполнении элементов.

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по технике выполнения элементов и движений партерной гимнастики.

Раздел 3. Основы классического экзерсиса

Тема 3.1. Экзерсис у станка (см. Приложение №1)

Теория. Хореографические понятия и термины, техника выполнения движений классического танца у станка.

Практика. Выполнение элементов классического экзерсиса у станка под аккомпанемент концертмейстера.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 3.2. Экзерсис на середине (см. Приложение №2).

Теория. Техника выполнения движений классического танца на середине.

Практика. Выполнение движений классического экзерсиса на середине.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 3.3. Allegro (прыжковые движения) (см. Приложение №3)

Теория. Терминология и техника выполнения движений классического экзерсиса - allegro.

Практика. Выполнение движений классического экзерсиса - allegro.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 4. Конкурсная и концертная деятельность

Тема 4.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца (см. Приложение №8).

Теория. Знакомство с содержанием (сюжетом) танцевальной композиции и характером музыкального сопровождения, с главными персонажами и сюжетом танца. Определение рисунка танца. Техника безопасности при исполнении танцевальных движений.

Практика. Изучение и совершенствование элементов танца. Составление композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Тема 4.2. Репетиционная работа

Теория. Понятие: сценическая площадка, синхронность выполнения элементов танца, чёткое перестроение, сохранение рисунка. Техника безопасности при исполнении танцевальной композиции.

Практика. Репетиция танца: работа над синхронностью, четким выполнением элементов и перестроений, характерным, выразительным исполнением танцевальной композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: *Промежуточная аттестация*: открытое контрольное занятие. Мониторинг уровня развития и обучения учащихся. Педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного своей партией в танце.

Раздел 5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Теория. Беседы, викторины, посвященные определенным событиям в мире и в России, знаменательные даты и события.

Практика. Посещение театров, различных концертов, конкурсов, соревнований, праздников, выставок.

Форма контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос, педагогическое наблюдение, наблюдение родителей.

Раздел 6. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года.

Практика. Выполнение движений под музыкальное сопровождение, исполнение танцевальной композиции.

Форма контроля. *Промежуточная аттестация*: участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство». Мониторинг уровня обучения и развития учащихся. Анкетирование родителей, интервьюирование детей.

Планируемые результаты

Учащиеся должны знать:

- правила ТБ и ОТ и ППБ, поведения на занятиях;
- хореографические понятия и термины
- технику выполнения движений классического танца у станка, на середине, allegro, элементов партерной гимнастики;
- танцевальную композицию.

Должны уметь:

выполнять:

- правила ТБ и ОТ, правила поведения на занятиях;
- движения классического экзерсиса у станка, на середине зала, прыжковые движения (allegro) в соответствии с программными требованиями (см. Приложения №1, 2, 3) в сочетании с музыкальным сопровождением;
- элементы партерной гимнастики;
- выполнять танцевальную композицию.

Будет воспитано:

- дружелюбное отношение к друг к другу и уважительное отношение к педагогу;
- дисциплинированность, старательность, усидчивость, внимательность;
- музыкальность, эстетическое восприятие окружающего, культура поведения.

Будут сформированы:

- основы самооценки деятельности на занятии (с помощью педагога);
- основы навыков работы в коллективе;
- навыки здорового образа жизни;
- навыки эмоциональной выразительности исполнения движений.

Учебно-тематический план 6 года обучения (базовый уровень)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Вводное занятие	2	1	1	Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.

2	Раздел 2. Партерная гимнастика	18	1	17	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
3	Раздел 3. Основы классического экзерсиса	100	3	97	
	Тема 3.1. Экзерсис у станка	45	1	44	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.
	Тема 3.2. Экзерсис на середине зала	30	1	29	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 3.3. Allegro	25	1	24	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
4	Раздел 4. Конкурсная и концертная деятельность	20	2	18	Текущий контроль: <i>Промежуточная</i> <i>аттестация</i> : открытое контрольное занятие. Мониторинг уровня развития и обучения учащихся.
	Тема 4.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца	10	1	9	педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений
	Тема 4.2. Репетиционная работа	10	1	9	
5	Раздел 5. Мероприятия воспитательно- познавательного характера	2	0,5	1,5	Наблюдения родителей, педагогическое наблюдение
6	Раздел 6. Итоговое занятие	2	0,5	1,5	Самооценка выполненного задания (с помощью педагога), педагогическое наблюдение, наблюдения родителей, <i>Итоговая аттестация</i> : Мониторинг уровня развития и обучения учащихся, участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство» Анкетирование родителей, интервьюирование детей
	Итого часов	144	8	136	

Содержание учебно-тематического плана 6 года обучения (базовый уровень)

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Вводный инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи программы на предстоящий учебный год. Критерии внешнего вида - форма одежды, причёска. Повторение пройденного теоретического материала.

Практика. Задания на повторение пройденного практического материала.

Формы контроля. Вводный контроль: педагогическое наблюдение, выполнение движений.

Раздел 3. Партерная гимнастика (см. Приложение №7)

Теория. Техника выполнения элементов и движений партерной гимнастики

Практика. Выполнение упражнений партерной гимнастики.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по технике выполнения элементов и движений партерной гимнастики.

Раздел 2. Основы классического экзерсиса.

Тема 2.1. Экзерсис у станка (см. Приложение №1)

Теория. Хореографические понятия и термины, техника выполнения движений классического танца у станка.

Практика. Выполнение элементов и хореографических композиций классического экзерсиса у станка под аккомпанемент концертмейстера.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений и хореографических композиций. *Промежуточная аттестация:* открытое контрольное занятие. Мониторинг уровня развития и обучения учащихся.

Тема 2.2. Экзерсис на середине (см. Приложение №2).

Теория. Техника выполнения движений классического танца на середине.

Практика. Выполнение движений классического экзерсиса и «маленькое *adagio*» на середине.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Тема 2.3. Allegro (прыжковые движения) (см. Приложение №3)

Теория. Терминология и техника выполнения движений классического экзерсиса - allegro.

Практика. Выполнение движений классического экзерсиса - allegro.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, выполнение движений.

Раздел 4. Конкурсная и концертная деятельность

Тема 4.1. Постановочная работа. Освоение элементов танца (см. Приложение №8).

Теория. Знакомство с содержанием (сюжетом) танцевальной композиции и характером музыкального сопровождения, с главными персонажами и сюжетом танца. Определение рисунка танца. Техника безопасности при исполнении танцевальных движений.

Практика. Изучение и совершенствование элементов танца. Составление композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного задания.

Тема 4.2. Репетиционная работа

Теория. Техника безопасности при исполнении танцевальной композиции.

Практика. Репетиция танца: работа над синхронностью, четким выполнением элементов и перестроений, характерным, выразительным исполнением танцевальной композиции.

Форма контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу, самооценка выполненного своей партии в танце.

Раздел 5. Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Теория. Беседы, викторины, посвященные определенным событиям в мире и в России, знаменательные даты и события в хореографическом искусстве.

Практика. Посещение театров, различных концертов, конкурсов, соревнований, праздников, выставок.

Форма контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос, педагогическое наблюдение, наблюдение родителей.

Раздел 6. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов учебного года.

Практика. Выполнение движений и хореографической композиции классического экзерсиса у станка и на середине зала под музыкальное сопровождение.

Форма контроля. *Итоговая аттестация:* мониторинг уровня обучения и развития учащихся, участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство».

Анкетирование родителей, интервьюирование детей.

Планируемые результаты

Учащиеся должны знать:

- правила ТБ и ОТ и ППБ, поведения на занятиях;
- хореографические понятия и термины;

- технику выполнения движений классического танца у станка, на середине, allegro, элементов партерной гимнастики;
- сюжет, содержание танца.

Должны уметь:

выполнять:

- правила ТБ и ОТ, правила поведения на занятиях;
- движения и хореографические композиции классического экзерсиса у станка, на середине зала, прыжковые движения (allegro) в соответствии с программными требованиями (см. Приложения №1, 2, 3) в сочетании с музыкальным сопровождением;
- исполнять танец.

Будет воспитано:

- дружелюбное отношение к друг к другу и уважительное отношение к педагогу;
- дисциплинированность, старательность, усидчивость, внимательность;
- музыкальность, эстетическое восприятие окружающего, культура поведения.

Будут сформированы:

- основы самооценки деятельности на занятии (с помощью педагога);
- основы навыков работы в коллективе;
- навыки здорового образа жизни;
- навыки эмоциональной выразительности исполнения движений.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (Приложение №9)

Материально-технического обеспечения для реализации дополнительной общеразвивающей программы «Экзерсис»:

занятия проводятся в зале хореографии с ламинатным напольным покрытием;

в учебном процессе используется оборудование:

фортепиано,

хореографический станок,

зеркала – 10,

стол – 1,

стулья – 2,

магнитофон.

МАТЕРИАЛЬНЫЕ ЗАТРАТЫ НА ОБОРУДОВАНИЕ ПОМЕЩЕНИЯ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССАМатериальные затраты на оборудование помещения

№/№	Наименование	Количество	Цена за 1 шт. Руб.	Сумма Руб.
1.	Пианино	1 шт.	10000	10000
4.	Магнитофон	1 шт.	15000	15000
3	Стационарный компьютер с возможностью работы в интернете	1 шт.	30000	30000
4	Видеоаппаратура с возможностью просматривать диски	50000	50000	50000
ИТОГО				105000

Материальные затраты на обеспечение образовательного процесса

Расход материалов для занятий на учебный год для группы 1,2 года обучения (стартовый уровень)				
№/№	Наименование	Количество	Цена за 1 шт. или метр погонный Руб.	Сумма Руб.
1.	Форма для занятий: белая футболка, лосины, светлые носки, черный купальник, белые балетки	1	2000	2000

2	Форма для открытых уроков: белый купальник, белые балетки.		1700	1700
3	Трапики		600	600
ИТОГО				4300

Расход материалов для занятий на учебный год для группы 3,4,5,6 года обучения (базовый уровень)				
№/№	Наименование	Количество	Цена за 1 шт. или метр погонный Руб.	Сумма Руб.
1.	Форма для занятий: белая футболка, лосины, светлые носки, черный купальник, белые балетки	1	2500	2500
2	Форма для открытых уроков: белый купальник, белые балетки.		2000	2000
3	Трапики		600	600
ИТОГО				5100

Форму для занятий приобретают родители.

Формы аттестации/контроля

Контроль знаний, умений, навыков проводится в течение всех годов обучения в форме вводного, текущего контроля, промежуточной аттестации.

Вводный контроль проводится в начале учебного года в различных формах с целью определения уровня подготовки учащихся: опрос, наблюдение педагога, выполнение движений.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и формирование практических умений, навыков. Формы текущего контроля определяются педагогом дополнительного образования с учетом контингента учащихся, уровня их развития, содержания учебного материала: выполнение упражнений, опрос по изучаемой теме, педагогическое наблюдение и др.

Формы промежуточной аттестации определяются педагогом дополнительного образования и предусматривают: открытое контрольное занятие на 1-3 годах обучения, на 4-6 годах обучения участие в отчетном концерте «Дом окнами в детство».

Промежуточная аттестация предполагает проведение мониторинга по дополнительной общеразвивающей программе не менее 2-х раз в год. Мониторинг включает определение высокого, среднего и низкого уровней обученности (проверка теоретических знаний, практических умений, навыков) и личностного развития (развитие познавательной, коммуникативной, эмоционально – волевой, эмоционально–потребностной сфер).

Педагог, используя показатели, критерии, степень выраженности оцениваемого качества, методы диагностики, определяет уровни обучения и развития каждого учащегося. Низкий уровень-1 балл, средний уровень – 2 балла, высокий уровень – 3 балла. В итоге баллы в соответствии с уровнями переводятся в проценты.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития учащихся по дополнительной общеразвивающей программе (Приложение №7). Критерии и показатели результативности и обучения и развития учащихся для промежуточной аттестации определяются Приложением к диагностической карте результатов обучения и развития учащихся по дополнительной общеразвивающей программе. При проведении промежуточной аттестации учитываются результаты участия учащихся в конкурсных мероприятиях различного уровня.

Сравнение уровня обученности и личностного развития позволяет отследить рост результатов каждого учащегося и детского объединения в целом в динамике за полугодие, учебный год и на конечном сроке реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Итоговая аттестация по дополнительной общеразвивающей программе «Экзерсис» проходит в форме выступления на отчетном концерте ГОУ ДО ТО «ЦДОД» «Дом окнами в детство»

Кроме того, система оценки результатов обучения по программе предусматривает использование социологических методов и приемов: анкетирование родителей, учащихся и анализ анкет, интервьюирование учащихся.

Методическое обеспечение/ оценочные материалы

Оценочные материалы:

- опросник по теоретическому материалу;

- диагностические карты.

Система оценочных материалов позволяет контролировать результат обучения, воспитания, развития учащихся.

С целью достижения поставленной в программе цели и получения запланированного результата, с учетом индивидуальных особенностей и способностей детей педагог привлекает учащихся к открытию новых знаний и включает учащихся в эту деятельность. Учитель ставит перед собой цели и ищет пути их достижения, а также пути решения возникающих проблем. Педагог обращает внимание на общие способы действий, создает ситуацию успеха, поощряет учебное сотрудничество между учащимися, учащимися и педагогом.

На 1 и 2 годах обучения (*стартовый* уровень) используются *технологии*: игровые, личностно – ориентированного обучения, педагогики сотрудничества, диалогового обучения, репродуктивные и др., направленные на формирование у учащихся мотивации на стремление к познанию.

На 3 – 6 годах обучения (*базовый* уровень) используются технологии: диалогового обучения, дифференцированного обучения, личностно – ориентированного подхода, игровые, направленные на формирование устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности и самообразованию.

Теоретические сведения способствуют формированию положительной мотивации к занятиям классической хореографией как к фактору, укрепляющему здоровье и повышающему танцевальную культуру. Беседы о хореографическом искусстве способствуют как развитию познавательного интереса в области теории и истории хореографии, видов и жанров танцевального искусства, выразительных средств, так и приобщению подростков к общемировым ценностям. Сведения по гигиене и технике безопасности являются основой профилактики травматизма. Знания основ техники выполнения упражнений хореографии способствуют осмысленному выполнению упражнений, что ускоряет формирование двигательных навыков.

Педагог учит детей оценивать свою деятельность на занятии и деятельность других учащихся с использованием различных способов выражения своих мыслей, отстаивания собственного мнения и уважения мнения других.

В заключительной части занятия проводится краткий анализ достигнутых результатов, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Объясняет, за что учащиеся получили поощрение.

Приемы и методы организации педагогического процесса являются не только мощным средством всестороннего воспитания и развития обучающихся: они не только развивают двигательные способности обучающихся, но и способствуют реализации целого ряда задач нравственного, умственного, эстетического, художественного и трудового воспитания; стимулируют развитие психических и волевых качеств, потребность в активной двигательной и творческой деятельности.

Методы и приемы организации учебно – воспитательного процесса

Словесный,
наглядный,
репродуктивный,
практический,
игровой,
помощи,
контроля,
анализа,
самоконтроля,
идиомоторный,
моделирования,
планирования,
релаксации,
мобилизации.

Широко используется метод доступности, последовательности, индивидуального подхода. Индивидуальный подход является неотъемлемым условием реализации дополнительной общеразвивающей программы «Экзерсис».

Учебно–методический комплекс

1. Нормативно-правовая база
2. Дополнительная общеразвивающая программа «Экзерсис»
3. Календарный учебный график
4. Конспекты открытых занятий
5. Инструкция по ТБ, ОТ и ППБ
6. Аудиокассеты
7. Конспекты мастер – классов по темам
8. Методические рекомендации по обучению и выполнению упражнений
9. Диагностические материалы.

Список литературы

Для педагога:

1. Базарова Н. Классический танец. – СПб.: Лань, 2009. – 190 с.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – СПб.: Лань, 2006. – 240 с.
3. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. Авт.-сост.: С.В. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина. – М.: Просвещение, 1983. – 208 с., нот.
4. Богданов Г. Ф. Работа над танцевальной речью: Учебно-методическое пособие. – М.: ВЦХТ («Я хожу в мир искусств»), 2006. – 160 с., ил., нот.
5. Буц Л.М. Подвижные игры под музыку. – Киев.: Муз. Украина, 1987.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2002. – 158 с.
7. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации».
8. Звездочкин В.С. Классический танец. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2011. – 400 с.
9. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. 3-е изд., испр./ Науч. Ред. И.А. Трофимова.- Л.: Искусство, 1986. – 261 с., 8 л.ил.
10. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2009. – 320 с.
11. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. Книга для учащихся. – М.: Просвещение, 1985. – 223 с., ил.
12. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989. – 175 с., ил.
13. Сосина В.Ю. Хореография в гимнастике: учеб. Пособие для студентов вузов / В.Ю. Сосина. – К: Олимп. Л-ра, 2009. – 135 с.: ил. Библиогр.: с 134 – 135.
14. Фисанович Т.М. Танцы. – М.: ООО Издательство Астрель, ООО Издательство АСТ, 2000.- 160 с.: ил. – (Для девочек)
15. Чеккетти Г. Полный учебник классического танца. – СПб.: АСТ, Астрель, 2007. – 452 с.

Для учащихся:

1. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. – Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. – СПб.: Лань: Планета музыки, 2011. – 624 с.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – СПб.: Лань, 2006. – 240 с.
3. Барышникова Т.А. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999. – 272 с., ил.

Электронные образовательные ресурсы

1. <http://ru.wikipedia.org/wiki>,
2. http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_colier/451/ХОРЕОГРАФИЯ
3. http://www.coolreferat.com/Хореография_как_вид_искусства
4. <http://www.sportmedicine.ru/rhythmic-gymnastics.php>,
5. http://dancecomposition.ru/publ/zhan_zhorzh_noverr_quotpisma_o_tance_i_baletakhquot/zhan_zhorzh_noverr_quotpisma_o_tance_i_baletakhquot/3-1-0-15,
6. <https://www.livelib.ru/tag/хореография>.

Репертуарный план**1 год обучения**

«Веселые утята»,
«Русский хоровод»;

2 год обучения

«Летка - Енька»,
«У опушки»,
«Танец кукол»;

3 год обучения

«Ах, вы сени...»,
«Веселая полька»,
«Лошадки»;

4 год обучения

«Полька»,
«Пчелки»,
«Кадриль»,
«Матрешки»;

5 год обучения

«Однажды летом»,
«Тарантелла»,
«Молдавский»,
«Мазурка»;

6 год обучения

«Вальс цветов»,
«Барыня»,
«Бандерлоги»,
«Полонез»,
«Белорусский».

Приложение №1

Экзерсис у станка
3 год обучения
(лицом к станку)

1. Постановка корпуса лицом к палке: позиции ног I, II, III.
2. Demi – plie : I, II, III позиции.
3. Battement tendu в сторону, вперёд, назад (сначала на 4 т 4/4, позже на 1 т. 4/4):
4. Понятие направлений endehors, endedans.
5. Demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
6. Rond de jambe par terre en dehors en dedans с остановкой по $\frac{1}{4}$ круга.
7. Battement releve lent на 45 градусов в сторону, вперёд, назад как подготовка к battement tendus jete.
8. Положение ноги sur le sou – de – pied основное и условное спереди и сзади.
9. Releve на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie.
10. Battement relevent на 90 градусов с I позиций в сторону, вперёд и назад.

4 год обучения

1. Plies:
 - demi – plie: I, II, III, V, IV позициям;
 - grand plie по I, II позициям.
2. Battement tendu на 1 т. 2/4:
 - Porte pied во II позиции;
 - с demi – plie без перехода и с переходом во II позиции;
 - plie soutenu по V позиции;
 - battement tendu jete в сторону, вперёд, назад по I позиции.
3. Rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
 - Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
 - Слитно на 1 т. 4/4;
 - demi – rond de jambe par terre на plie.
4. Battement relevent в сторону, вперёд, назад на 45 градусов.
5. Battement frappe в сторону, вперёд и назад носком в пол, позднее на 45 градусов.
6. Grand battement jete в сторону, вперёд, назад с I позиций.
7. Battement retire, положение passe у колена.
8. Battement developpe в сторону.
9. Releve на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie, подготовка к sote.
10. Перегибы корпуса назад и растяжка лицом к станку.

5 год обучения

1. Plies:
 - demi – plie I, II, III, V, IV позициям;
 - grand plie по I, II, IV и V позициям.
2. Battement tendu:
 - В позе epaulement et efface;
 - С demi – plie с переходом по IV позиции вперёд и назад, в сторону по II позиции;
 - Battement soutenu в сторону, вперёд, назад носком в пол.
3. Battement tendus jete в сторону, вперёд, назад :
 - с demi – plie;
 - в позе epaulement et efface.
4. Rond de jambe par terre en dehors en dedans :
 - Слитно на 1 т. 2/4;
 - rond de jambe par terre на plie.
5. Demi rond de jambe на 45 градусов endehors endedans на всей стопе (по усмотрению педагога).
6. Battement fondu в сторону, вперёд, назад на всей стопе (по усмотрению педагога).
7. Battement double frappe в сторону, вперёд и назад носком в пол, позднее на 45 градусов.
8. Petit battement sur le sou – de – pied с акцентом вперёд и назад на 1 т. 2/4.
10. Battement developpe вперёд и назад.
11. Grand battements jetes pointes (по усмотрению педагога).

12. Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку. I форма port de bra как заключение к различным упражнениям; I форма port de bra с demi – plie на опорной ноге.
13. Полуповороты на п/п endehors endedans на двух ногах.

6 год обучения

1. Plies.
2. Battements tendu.
3. Battement tendu jete.
4. Rond de jambe par terre.
5. Battements fondus.
6. Battements frappes.
7. Rond de jambe en l'air.
8. Перегибы корпуса.
9. Battement double frappe.
10. Grand battements jetes.

Приложение №2

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

3 год обучения

1. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III, переход из одной позиции в другую.
2. Поклон по I позиции.
3. Demi – plies по I, II позициям.
4. Releve на п/п по I и II позициям с вытянутых ног и с demi – plie.
5. Battement tendu в сторону по I позиции.
6. I форма port de bra.

4 год обучения

1. Demi – plies по I, II, V и V позициям en pailement.
2. Grand plies по I, II en face, по I позиции en face et en pailement.
3. Battement tendu:
 - по I позиции в сторону, вперёд, назад;
 - с demi – plie по V позиции в сторону;
 - с plie soutenu.
4. Battement releve lent на 45 градусов в сторону, вперёд, назад по V позиции.
5. Rond de jambe par terre en dehors en dedans по ¼ круга.
6. Preparation для rond de jambe par terre en dehors en dedans.
7. Battement frappe в сторону носком в пол.
8. Положение en pailement croisee effacee.
9. Позы croisee effacee носком в пол.
10. Tour chaine.
11. II форма port de bras.
12. Grand battement jete в сторону, вперёд, назад с I позиции.

5. год обучения

1. Поклон с переходом по IV позиции.
2. Grand plie по V и IV позиции en face, en pailement.
3. Battements tendu:
 - demi – plie по II и IV позициям без перехода и с переходом на опорную ногу;
 - battements soutenu.
4. Battements tendus jetes в сторону, вперёд, назад :
 - с I и V позиций;
 - с demi – plies в I и V позиций.
7. Rond de jambe par terre en dehors en dedans на 1 т. 4/4 слитно.
8. Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans на plie.
9. Позы: efface, ecartee, croisee.
10. Battement fondu носком в пол, позже на 45 градусов.
11. Battements frappes и double frappes на 45 градусов.
12. Battement developpe в сторону.
13. Grand battement jete в сторону, вперёд, назад с V позиции.
14. Tour pique.
15. Pas balance.

6. год обучения

1. Маленькое Adagio
2. Battement tendu

3. Battement fondu
4. Grand battement
5. Tour fouette
6. III форма port de bras.
7. Pas de basque вперёд (сценическая форма).

Приложение №3

АИЕГРО**3 год обучения**

1. Relevés на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plié лицом к станку
2. Подготовка к temps leve sautee по I и II позициям лицом к станку.
3. Pas echarpe по II позиции лицом к станку.

4 год обучения

9. Temps saute по I, II позициям на середине.
10. Подготовка к tempssaute по V позиции лицом к станку и на середине.
11. Changement de pied лицом к станку и на середине.
12. Pas echarpe по II позиции лицом к станку и на середине, в дальнейшем на croisee, effacee
13. Tour chaine

5 год обучения

8. Pas echarpe по II позиции на середине.
9. Pas assemble лицом к станку.
10. Pas assemble в сторону на середине зала.
11. Petit changement de pied en tournant на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$.
12. Sissonne simple en face.
13. Pas glissade в сторону.

6 год обучения

1. Pas assemble
2. Petits changement de pieds en tournant
3. Petits changement de pieds en tournant
4. Sissonne
5. Pas glissade
6. Pas de basque вперёд

Приложение № 4

Музыкальные и подвижные игры

- «Совушка» - игра на определение характера и содержания музыки, и согласование с ними движений.
 «Угадай счет» - игра на согласование движений с метром.
 «Эхо» - игра на согласование движений с ритмом.
 «Рисуем мелодию» - игра на согласование движений с музыкой.
 «Карлики и великаны» - игра на определение регистра и согласование с ним движений.
 «Определи и покажи» - игра на определение темпа музыки и согласование с ним движений.
 Импровизации под музыку.

Приложение №5

Основы классического танца

	Основные элементы хореографии	Год обучения			
		3 год	4 год	5 год	6 год
1	Позиции ног: I, II, III, IV, V	+	+	+	+
2	Plie (плие)				
	Demi plie по I, II, III, V позиции		+	+	+
	Demi plie по IV позиции		+	+	+
	Grand plie по I, II, III, V позициям		+	+	+
3	Grand plie по IV позиции			+	+
	Releve				
	по I, II, III, V позициям на п/п		+	+	+
4	по IV позиции на п/п		+	+	+
	Battement				
	tendu	+	+	+	+
	tendu jete	+	+	+	+
	soutenu		+	+	+
	frappe, double frappe	+	+	+	+

	fondu		+	+	+
	developpe		+	+	+
	grand		+	+	+
	petit battements sur le cou-de-pied		+	+	+
	relevelent	+	+	+	+
5	Rond de jambe				
	par terr en dedans, en dehors	+	+	+	+
	en l'air en dedans, en dehors			+	+
	grand rond dejambe jete			+	+
6	Вспомогательные движения и понятия				
	passé	+	+	+	+
	aplomb	+	+	+	+
	en dehors	+	+	+	+
	en dedans	+	+	+	+
	preparation	+	+	+	+
	cou-de-pied	+	+	+	+
	port de bras		+	+	+
7	Основные позы				
	arabesque		+	+	+
	attitude		+	+	+
	croisee				+
	ecarte				+
	effacee				+
	en face	+	+	+	+
9	Allegro				
	pa assemble		+	+	+
	chagement de pieds			+	+
	pas jete		+	+	+
	grand jete				+
	cabriole			+	+
	pas chasse	+	+	+	+
	pas echappe		+	+	+
	glissade		+	+	+
	temps leve sauté по I, II, III, V позиции	+	+	+	+
	sissonne				+
	Pas balance			+	+
	Pas de chat			+	+
10	Танцевальные шаги				
	balance		+	+	+
	pas de bourree		+	+	+
11	Основные вращения.				
	tour lent		+	+	+
	tour fouette		+	+	+
	tour pique		+	+	+
	tour chaine		+	+	+
	Preparation				+
12	Основные движения рук и корпус.				
	позиции рук I, II, III	+	+		
	пружинка руками	+	+	+	+
	расслабления	+	+	+	+
	волны руками	+	+	+	+
	port de bras I, II, III формы		+	+	+

№ / №	Название танца	Элементы танца	Год обучения					
			1	2	3	4		
1	Полька	основные положения рук и ног	+					
		шаг польки	+					
		галоп: вперед, в сторону, назад, с поворотом	+	+	+	+		
		подскоки	+	+	+	+		
		моталочка, моталочка с поворотом		+	+	+		
		сценический бег: вперед, на зад	+	+	+	+		
		точки: вперед, в сторону. Назад	+	+	+	+		
		качалка: прямо, в стороны		+	+	+		
2	Русский	основные положения рук и ног	+	+	+			
		елочка –продвижение в стороны поворотами стоп		+	+	+		
		Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.		+	+	+		
		поклоны	+	+	+			
		притопы, тройные перетопы	+	+	+	+		
		упадание			+			
		традиционный ход русского сценического танца	+	+				
		русский ход: простой	+	+				
		боковой ход	+	+	+			
		припадание в сторону		+	+	+		
		припадания с двойным ударом п/п			+	+		
		сценическая форма pas de basque			+	+		
		присядка. Виды полной присядки: « <u>гусиный шаг</u> », «мяч», «ползунок», «закладки».	+	+	+	+		
		«молоточки».		+	+	+		
		«моталочка»		+	+	+		
		«маятник».	+	+	+	+		
		«веревочка»		+	+	+		
		с двойным ударом п/п, с переступаниями			+	+		
		«ковырялочка», с поворотом	+	+	+	+		
		«гармошка»		+	+	+		
		перескоки с ноги на ногу	+	+	+	+		
		подскоки		+	+	+		
		переменный, переменный с притопом, переменный с каблука, с переступанием	+	+	+	+		
		3	Итальянский	Основные положения рук и ног		+	+	+
				Бег тарантеллы (pas emboites) на месте и с продвижением вперед. Перескоки с ноги на ногу.		+	+	+
				Pas riche с шагом			+	+
Pas riche с подскоком, бег					+	+		
Pas balance					+	+		
Pas echarpe					+	+		
подскоки по 3-й и 5-й свободным позициям				+	+	+		
pas ballonne					+	+		
pas de basque					+	+		
повороты en dedans и en dehors						+		
Glissa de-jete						+		
прыжки по 5-й открытой позиции с поджатыми ногами.						+		
тройные перескоки с ноги на ногу				+	+	+		
соскок во 2-ой позиции				+	+	+		
подскоки на одной ноге в позе I arabesque					+	+		
выбрасывание ноги с каблука на носок		+	+	+				

		pas de basque			+	+
		pas ballone			+	+
4	<i>Молдавский</i>	Основные положения рук и ног			+	+
		прыжки с одной ноги на другую: прямо и в сторону			+	+
		сценический бег			+	+
		шаг «Жок»			+	+
		Ключ, скрестные шаги, скрестный бег			+	+
		шаг на каблук			+	+
		прыжки с подгибом ног			+	+
		скачки			+	+
5	<i>Полонез</i>	движения рук			+	
		шаг полонеза			+	+
		перестроения в пары, по троя			+	+
6	<i>Вальс</i>	движения рук			+	+
		вперед			+	+
		балансе			+	+
		с поворотом				+
7	<i>Украинский</i>	положения рук и ног				+
		поклоны				+
		ход боковой				+
		Веровочка простая				+
		Веровочка с переступаниями, в повороте				+
		вихлястник				+
		«Дорожка простая» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом.				+
		«Дорожка плетена» (припадание) с продвижением в сторону, со сменой вперед и назад в перекрещенном положении.				+
		Pas de basque				+
		голубец с соединением ног след в след				+
		кабриоль след в след				+
		кабриоль с ударом коблук о коблук				+
		grand pas de basque				+
		скачок с выбрасыванием ног в сторону				+
		веровочка				+
воздушные ножницы				+		
8	<i>Белорусский</i>	положение рук и ног				+
		основной шаг				+
		притопы одинарные				+
		подскоки на двух ногах, тройные подскоки				+
		Поочередное выбрасывание ног на коблук				+
		Тройные притопы				+
		падебаск				+
		присяды				+
		трясухи				+
9	<i>Мазурка</i>	движения рук				+
		ординарный шаг				+
		легкий бег 1 вид				+
		легкий бег 2 вид				+
		поворот на месте				+
		хромой шаг				
		кабриоль				

Приложение №7

1. Развитие гибкости, диапазона подвижности суставов и амплитуды движения

Наклоны вперед, назад, в стороны (влево, вправо) с максимальным напряжением.

«Мост».

Стойки на груди и на лопатках.

Волны корпусом.

Перекаты на грудь.

Махи ногами вперед, назад, в сторону.

Шпагаты на правую ногу, на левую ногу, поперечный шпагат с различными наклонами вперед, назад, в сторону и с различными движениями руками.

Движения ногами в различных направлениях и с максимальной амплитудой.

медленные движения ногами с фиксацией конечного положения в течении нескольких секунд.

Упражнения в парах на растяжку.

«Лягушка».

«Колечко».

«Кошечка».

2. Развитие мышечной силы и координации движений.

Сокращение и натяжение стопы в положении сидя с изменением темпа, ритма, амплитуды выполнения и с фиксацией конечного положения несколько секунд. Приседания и полуприседания. Поднимание и удержание ног. Поднимание и опускание корпуса, лежа на спине, на животе, на боку: «щука», «рыбка» «уголок», «плуг».