

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

Программа рассмотрена на заседании
педагогического совета
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»,
Протокол № 8
от «25» августа 2016 г.

Утверждаю
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В. Грошев
Приказ от «25» августа 2016 г. № 331



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Арабеск»**

Направленность: художественная
Возраст: 7-14 лет
Срок реализации: 7 лет (1008 часов)
Уровень сложности: многоуровневая

Составитель:
Мартынова Елизавета Константиновна,
педагог дополнительного образования

Тула, 2026

Пояснительная записка

В современном обществе хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, его гармоничного духовного и физического развития, поэтому танцы приобретают популярность. Являясь массовым видом хореографии, занимают особое место в сохранении культурного наследия народов.

Занятия хореографией учат детей с помощью пластичности и выразительности движений передавать характер танца, развивают координацию движений, способствуют выработке правильной осанки, совершенствованию физических качеств ребенка.

В связи с этим возникла необходимость разработки *дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск»*, имеющей художественную направленность, статус многоуровневой (стартовый уровень сложности – 1,2 годы обучения, базовый уровни сложности-3 – 5 годы обучения, 6-ой- 7 год обучения- продвинутый уровень сложности).

Данная программа разработана в соответствии с действующей нормативно-правовой базой федерального, регионального и локального уровней:

Федеральным законом от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской от 31.03. 2022 г. № 678-р);

Приказом Министерства просвещения Российской от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказом Министерства просвещения Российской от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2. 4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Уставом ГОУ ДО ТО «ЦДОД» и локальными актами.

Занятия танцами способствуют формированию грамотной манеры поведения в обществе, дают представления об актерском мастерстве и сценической выразительности.

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск» заключается в том, что обучающиеся учатся комплексному восприятию движений. У детей развиваются творческие способности, ассоциативное мышление.

Программа состоит из тем и разделов, которые удовлетворяют образовательные потребности: ритмика, классический танец, народный танец и др., они предполагают:

- ознакомление обучающихся с предметом (терминология, назначение, классификация и т.п.);
- восприятие предмета как творческое мироощущение. Обучающиеся учатся ориентироваться в пространстве, взаимодействовать друг с другом.

Обучающиеся исполняют красивые, яркие, красочные номера, и через танец познают мир. Мир танца знакомит детей с такими понятиями, как дружба, товарищество, взаимопонимание и взаимопомощь.

Актуальность программы обусловлена расширяющимся интересом к танцам у детей и их родителей (законных представителей). Неразрывность теоретического материала с практическим демонстрирует актуальность традиционного подхода в обучении. Программа привлекает эффективным результатом.

Поскольку Тульский регион становится культурным центром, возрастает потребность в разнообразии детских творческих объединений, программ дополнительного образования.

Базой для составления дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск» послужили учебники ведущих специалистов, личный опыт педагога дополнительного образования. Исследования Н.А. Бернштейна, методика М. Фельденкайза доказывают, что занятия хореографией тренируют подвижность нервных процессов. Учеными установлено, что занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта.

Таким образом, используемые в хореографии движения оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Именно в движении под музыку ребенок имеет возможность выразить свои эмоции, реализовать талант, энергию. Эти положения легли в основу работы педагога.

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: 45% отметили, что программа предоставляет возможность научиться передавать характер народного танца, 24 % указали на возможность творческого самовыражения, 21 % – на творческое развитие, 10% – иное.

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях хореографией, способствуют повышению мотивации обучающихся к достижению лучшего образовательного результата.

Программа ценна своей *практической значимостью*, носит практико-ориентированный характер. На практических занятиях обучающиеся овладевают движениями народных танцев, получают опыт работы в парах и группах, осваивают термины, способны создавать небольшие танцевальные композиции.

Юные танцоры могут показать свои способности и проявить талант в ежегодно проводимых конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня.

Программой предусматривается стимулирование достижений обучающихся. В процессе ее реализации дети получают опыт социального общения в разновозрастном коллективе.

Программа направлена на реализацию задач дополнительного образования.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что в ней объединяются различные танцевальные направления, позволяя формировать общую взаимосвязанную, интегрированную целостность. Это делает ее более привлекательной для большего количества детей.

Адресат программы. На обучение по программе «Арабеск» принимаются на принципах добровольности все желающие дети разной степени подготовленности в возрасте от 7 до 14 лет без специального отбора. Добор обучающихся на последующие годы обучения проводится в форме выполнения практических заданий.

Программа составлена с учетом возрастных психофизиологических особенностей обучающихся.

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

Знание психофизиологических особенностей конкретных возрастных групп обучающихся позволяет педагогу не только осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход к обучаемым, но и осознано, профессионально грамотно выбирать наиболее эффективные формы и методы обучения, зависящие от возрастных особенностей обучающихся. Таким образом, педагог, умело используя огромные психолого-физиологические резервы каждого возраста, может достичь значительных результатов в своей деятельности.

Обучающиеся имеют уровни развития познавательной, коммуникативной, мотивационной, регулятивной сфер в соответствии с уровнем личностного развития.

Круг интересов обучающихся разнообразен в связи с возрастными особенностями, но детей объединяет общий интерес к занятиям хореографией.

Обучающийся свободно, дружелюбно общается с детьми и педагогом, способен к сотрудничеству, поддерживает детей группы, сопереживает вместе с ними, обладает волей, активен на занятии, способен самостоятельно добывать знания, обладает чувством ответственности, способностью к саморазвитию, личностному самоопределению, открыт, целеустремлен, внимателен, наблюдателен, артистичен, старателен и дисциплинирован.

Количество обучающихся в группах соответствует нормативному локальному акту учреждения.

При успешном завершении 1 – го года обучения (стартового уровня сложности) по итогам результатов промежуточной аттестации предполагается переход обучающихся на 2 –ой год обучения- базовый уровень сложности, со 2-го - на 3 год обучения. с 3-го на 4-ый, с 5 –го на 6 год обучения, с 6-го на 7год – продвинутый уровень сложности.

Дети могут продолжить обучение по другой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе данного направления.

Объём дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск» составляет 1008 часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы в полном объеме.

Срок освоения программы – 7 лет.

Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса. Форма организации образовательного процесса - традиционная.

В случае введения дистанционной технологии обучения педагог через различные доступные цифровые платформы обеспечивает проведение ранее запланированных занятий, разрабатывает вариативную часть программы, которая позволяет менять темы, разделы программы. Обучение детей с использованием данной технологии осуществляется в соответствии с локальным актом ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Допускается использование электронных образовательных ресурсов сети Интернет, не противоречащих нормам этики и морали, в форме веб-занятий (мастер-классов, видео экскурсий и т.п.) и чат-занятий; электронной почтовой рассылки (методические рекомендации), работы в мессенджерах (консультации по работам), кейс-технологии, презентации, работы в ВКонтakte и др.

Использование технических средств, дидактического и методического материала обеспечивает разнообразие форм и методов обучения.

Организационные формы обучения. Основной формой организации образовательного процесса является групповое комбинированное занятие, которое направлено на освоение теоретического материала по разделам: «Ритмика», «Основы классического и эстрадного танца», «Партерная гимнастика», «Постановочная работа» и др. Практические занятия способствуют усвоению элементов классического и эстрадного танца, партерной гимнастики, постановку концертных номеров, что позволяет обучающимся развить умения эффективно взаимодействовать в группе, с партнером, ответственно относиться к исполнению партии в общем танце. Групповой метод обучения способствует созданию соревновательного фона, стимулирующего повышенную работоспособность обучающихся и позволяет развить умения эффективно взаимодействовать в группе.

На занятиях организована работа в парах (дуэтах). Педагогом используются репетиции с целью подготовки к конкурсам, отчетному концерту, куда приглашается весь состав детского объединения, это позволяет сформировать чувство коллективизма.

Виды и формы занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать: практическое занятие, репетиции, концерт, участие в конкурсах и др. Обучение предполагает посещение концертов, просмотр и обсуждение видеоматериалов с лучшими образцами хореографического искусства в различных жанрах и стилях, что способствует усвоению обучающимися ценностного ряда.

Участие в концертах, смотрах, конкурсах развивает творческий потенциал детей, вызывает стремление к достижению лучшего образовательного результата.

Программой предусматривается изменение репертуарного плана в связи с подготовкой к конкурсным мероприятиям различного уровня, участия в концертных программах организаций.

Режим занятий – занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 учебных часа, с обязательным проведением 10-ти минутной динамической паузы, что составляет 144 часа в год и соответствует действующим нормам СП.

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск»: развитие ребенка на основе обучения хореографии- реализуется через решение **задач**.

Обучающие

Научить:

- основным приемам классического, эстрадного и народного танцев;
- технике выполнения движений у танцевального станка и на середине зала;
- безопасным приемам выполнения упражнений;
- приемам сценической выразительности и основам актёрского мастерства;
- грамотному слушанию и восприятию музыки.

Сформировать:

- навыки осознания чувств, ощущений собственного тела;
- навыки группового взаимодействия, умения работать в команде;
- навыки самоконтроля;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
- умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- умения анализировать деятельность других обучающихся и давать ей оценку;
- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- умение ориентироваться в пространстве танцевального зала;
- умение исполнять прыжки *sotté* по I, II позиции на баллоне;
- правильную осанку;
- адекватную самооценку;
- основы культуры здорового образа жизни;
- способность к саморазвитию;
- мотивацию к здоровому образу жизни;
- устойчивый познавательный интерес к данному виду творческой деятельности.

Развивающие

Развить:

- пространственную координацию движений;
- чувство ритма;
- физические качества: ловкость, гибкость, прыгучесть, выносливость;
- абстрактное мышление, воображение;
- внимание;
- память.

Воспитательные

Воспитать:

- добросовестное отношение к занятиям хореографией;
- уважительное отношение к другому человеку;
- целеустремлённость;
- дисциплинированность; самостоятельность; настойчивость;
- ответственность за свою деятельность.

Планируемые результаты и способы их проверки

Предметные результаты

К концу обучения по данной программе обучающиеся *научатся*:

- особенностям классической и народной хореографии;
- особенностям и технике народного танца;
- технике исполнения различных элементов;
- приемам сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- уверенно и ровно стоять на середине зала;
- выполнять движения танцев;
- использовать понятия в хореографии и партерной гимнастике по назначению;
- синхронно исполнять движения и элементы;
- придавать номеру эмоциональную окраску;
- накладывать макияж;
- грамотно слушать и воспринимать музыку.

Метапредметные результаты

Обучающиеся будут уметь:

-использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства.

Будут сформированы:

- навыки группового взаимодействия, умения работать в команде;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
- умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- умения использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства в танце;

- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- умения анализировать деятельность других обучающихся и давать ей оценку.;
- мотивация к здоровому образу жизни.

Будут воспитаны:

- уважительное отношение к другому человеку.

Личностные результаты

Будут сформированы:

- навыки осознания чувств, ощущений собственного тела;
- навыки самоконтроля;
- устойчивый интерес к занятиям.

Будут развиты:

- абстрактное мышление, воображение.

Будут воспитаны:

- целеустремленность;
- дисциплинированность;
- самостоятельность;
- добросовестное отношение к занятиям хореографией.

Способы проверки планируемых результатов могут варьироваться, исходя из уровня развития детей и их познавательных возможностей (педагогическое наблюдение, контрольное занятие и др.).

Учебный план

1-го года обучения (стартовый уровень сложности)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	<i>Входная диагностика:</i> определение уровня подготовки обучающихся - беседа.
2.	Ритмика	16	2	14	Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.
3.	Партерная гимнастика	26	2	24	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

4.	Основы классического танца	28	2	26	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос по теоретическому материалу самооценка выполненного задания. <i>Промежуточная аттестация:</i> контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся
5.	Основы эстрадного танца	28	2	26	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
6.	Постановочная работа	26	2	24	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.
7.	Формирование ЗОЖ	2	2	-	Текущий контроль: практическая работа.
8.	Концертно-конкурсная деятельность	14	2	12	Текущий контроль: анализ выступлений. Наблюдение родителей. Анкетирование родителей обучающихся.
9.	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Промежуточная аттестация:</i> открытое контрольное занятие для родителей. Мониторинг уровня

					обучения и развития обучающихся
	Итого часов:	144	15	129	

Содержание учебного плана

1-го года обучения (стартовый уровень сложности)

Раздел 1. Вводное занятие (2час. -1ч. теор./1ч.практ.)

Теория. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск». Культура поведения. Критерии внешнего вида: форма одежды, причёска.

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений.

Формы контроля. Входная диагностика: беседа.

Раздел 2. Ритмика (16 час.- 2ч. теор./14ч.практ.)

Теория. Понятие «темп» (быстро, медленно, умеренно), ритм. Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4. Понятие «такт», «затакт», «музыкальная фраза», «сильная и слабая доля». Виды рисунков сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка».

Практика. Чередование простых ритмов. Ритмические рисунки в хлопках и шагах. Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Точки класса: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, Изображение различных рисунков на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка».

Упражнения для развития «мышечного» чувства и отдельных групп мышц; ходьба на полупальцах, пятках, подскоки, галоп, бег, прыжки.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей («Я играю в мяч...», «Я гуляю в лесу...» и т.д.).

Формы контроля. Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 3. Партерная гимнастика (26 час.- 2ч. теор./24 ч.практ.)

Теория. Понятие: экзерсис. Закрепление понятий: выворотности стоп, выворотности в паховой области. Техника безопасности при выполнении упражнений на укрепление мышц живота, боковых мышц, мышц спины; на гибкость, растяжку; при работе в паре.

Практика. Выполнение упражнений лёжа на спине и животе :

- На выворотность стоп;
- Бросок ноги на 45°
- Круговое движение ногой;
- Бросок ноги на 90°;

Упражнения:

- на развитие выворотности стоп в положении сидя и паха в поперечном шпагате, в «лягушках», сидя и лежа на животе;
- на растягивание передней поверхности бедра: сидя на полу «Бабочка».

- на укрепление мышц живота, спины, ног и рук силовыми упражнениями лежа на спине и на животе,
- на развитие гибкости позвоночного столба путем прогибов на коленях в «колечко», «корзинка», «мостик» из положения стоя.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 4. Основы классического танца (28 час.- 2ч. теор./26ч.практ.)

Теория. Особенности классической и эстрадной хореографии. Введение терминологии, используемой в классической хореографии. Основные понятия: plie (demi, grand), releve, battement tendu, rond de jamb par terre.

Практика. Повторение точек класса 1,2,3,4,5,6,7,8 и направлений. Позиции ног 1,2,5,4 и рук: подготовительная, 1,2,3.

Упражнения у станка (все движения исполняются лицом к станку):

- plie (demi, grand) по I, II, III позиции;
- releve по I, II, III позиции;
- battement tendu по I, II, III позиции;
- rond de jamb par terre;
- Grands Battements по I, II, III позиции.

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

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся

Раздел 5. Основы эстрадного танца (28 час.- 2ч. теор./26ч.практ.)

Теория. История возникновения эстрадного танца. Ознакомление: с видами эстрадного танца; с танцевальной лексикой, используемой в композициях; комплекс элементов в стиле «Джаз». Просмотр видео «Эстрадный танец и виды эстрадного танца»; Изучение терминологии. Правила постановки корпуса, рук, ног, головы в стиле «Джаз»; Основные позиции.

Практика. Изучение основных позиций рук (1,2,3 позиции) и ног (в основном параллельное положение).

Освоение основного блока разминочных упражнений с использованием элементов в стиле «Джаз».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 6. Постановочная работа (26час.-2ч. теор./24ч.практ.)

Теория. Техника исполнения различных элементов. Синхронное исполнение движений и элементов. Эмоциональная окраска номера. Приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства.

Практика. Работа над техникой исполнения различных элементов, над рисунком, соблюдением четких прямых линий в разучиваемой композиции. Соединение элементов в композиции. Работа над эмоциональной окраской номера, передачей характера танцевального номера. Работа над синхронным исполнением движений

и элементов. Танцевальные импровизации. Постановка танца в соответствии с репертуаром.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.

Раздел 7. Формирование ЗОЖ (2час. - 2ч.теор.)

Теория. Режим дня дошкольника.

Формы контроля. Текущий контроль: практическая работа.

Раздел 8. Концертно – конкурсная деятельность (14час.- 2ч. теор./12 ч.практ.)

Теория. Знакомство с Положениями конкурсов, фестивалей и др.

Практика. Подготовка костюмов. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

Формы контроля. Текущий контроль: анализ выступлений.

Наблюдение родителей. Анкетирование родителей обучающихся.

Раздел 9. Итоговое занятие (2час.- 2ч.практ.)

Практика. Показ танцевальных этюдов, номеров.

Формы контроля. Самооценка выполненного задания. *Промежуточная аттестация:* открытое контрольное занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Планируемые результаты

По окончании 1 –го года обучения (стартовый уровень сложности) обучающиеся должны знать:

- основные приемы классического и эстрадного танца;
- безопасные приемы выполнения упражнений.

Должны уметь:

- **владеть** техникой выполнения движений у танцевального станка и на середине зала.

Будут сформированы:

- навыки самоконтроля;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- умение ориентироваться в пространстве танцевального зала;
- правильная осанка.

Будут развиты:

- пространственная координация движений;
- чувство ритма.

Будут воспитаны:

- добросовестное отношение к занятиям хореографией;
- уважительное отношение к другому человеку;
- дисциплинированность.

Учебный план

2-го года обучения (стартовый уровень сложности)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений.
2.	Ритмика	10	2	8	Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.
3.	Партерная гимнастика	28	4	24	
	3.1 Силовые упражнения на выносливость	14	2	12	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
	3.2 Растяжка	14	2	12	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
4.	Основы классического танца	28	4	24	
	4.1 Экзерсис у станка	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания. <i>Промежуточная аттестация:</i> контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	4.2 Прыжки	10	2	8	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
5.	Основы эстрадного танца	30	4	26	

	5.1 Ознакомление с видами эстрадного танца.	12	2	10	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
	5.2 Элементы эстрадного танца.	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
6.	Постановочная работа	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.
7.	Формирование ЗОЖ	2	2	-	Текущий контроль: практическая работа.
8.	Концертно – конкурсная деятельность	22	2	20	Текущий контроль: анализ выступлений. Наблюдение родителей. Анкетирование родителей, обучающихся.
9.	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Промежуточная аттестация:</i> открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	Итого часов:	144	21	123	

**Содержание учебного плана
2-го года обучения (стартовый уровень сложности)**

Раздел 1. Вводное занятие (2час.- 1ч. теор./1ч.практ.)

Теория. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск» на 2-ой год обучения. Знакомство с содержанием программы 2-ого года обучения. Культура поведения. Критерии внешнего вида: форма одежды, прическа.

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений. Различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой.

Формы контроля. Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 2. Ритмика (10 час.- 2ч. теор./8ч.практ.)

Теория. Повторение и закрепление: виды рисунков на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка».

Практика. Чередование простых ритмов. Ритмические рисунки в хлопках и шагах. Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Точки класса: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, Изображение различных рисунков на сценической площадке.

Упражнения для развития «мышечного» чувства и отдельных групп мышц.

Ходьба на полупальцах, пятках, подскоки, галоп, бег, прыжки.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.

Формы контроля. Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 3. Партерная гимнастика (28 час.- 4ч. теор./24ч.практ.)

Тема 3.1. упражнения на выносливость. (14час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений на укрепление мышц живота, боковых мышц и мышц спины.

Практика. Выполнение упражнений лёжа на спине и животе:

- Укрепление мышц живота спины и рук силовыми упражнениями
- Бросок ноги назад и в сторону
- Наклоны вперёд и прогибы назад

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Тема 3.2. Растяжка. (14час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений на растяжку.

Практика

Упражнения:

- на развитие выворотности стоп в положении сидя и паха в поперечном шпагате, в «лягушках», сидя и лежа на животе;
- на растягивание передней поверхности бедра: сидя на полу «Бабочка»;
- на развитие гибкости позвоночного столба путем прогибов на коленях в «колечко», «корзинка», «мостик» из положения стоя;
- на растяжку продольным шпагатом с использованием предметов;
- на развитие гибкости (лежа на животе «Корзиночка») и пластики (в положении стоя «Волны» руками и корпусом);
- на развитие координации и устойчивости;
- на укрепление всех групп мышц за счет статических упражнений.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 4. Основы классического танца (28час.- 4ч. теор./24ч.практ.)

Тема 4.1. экзерсис у станка (18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Особенности классической и эстрадной хореографии. Введение терминологии, используемой в классической хореографии. Основные понятия: plie (demi, grand), releve, battement tendu, rond de jamb par terre.

Практика. Повторение точек класса 1,2,3,4,5,6,7,8 и направлений. Позиции ног 1,2,5,4 и рук: подготовительная, 1,2,3.

Упражнения у станка (все движения выполняются лицом к станку):

- plie (demi, grand) по I, II, III позиции;
- releve по I, II, III позиции;
- battement tendu по I, II, III позиции;

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Тема 4.2. прыжки. (10час.- 2ч. теор./8ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении прыжков

Практика:

- Прыжки у станка по I, II, III позиции;
- Прыжки у станка с поворотом;
- Прыжки с поджатыми ногами;
- Различные прыжки через скакалку;
- Прыжки на середине зала с поворотом;
- Прыжки по диагонали с поджатыми ногами с поворотом.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 5. Основы эстрадного танца (30 час.- 4ч. теор./26ч.практ.)

Тема 5.1 Ознакомление с видами эстрадного танца. (12час.- 2ч. теор./10ч.практ.)

Теория. Знакомство с разнообразием видов и направлений эстрадного танца.

Комплекс элементов в стиле «Джаз». Просмотр видеороликов, видеозанятий, мастер - классов по теме: «Эстрадный танец и его виды» Правила постановки корпуса, рук, ног, головы в стиле «Джаз», «Джаз-модерн», «Демі-классика»;

Позиции.

Практика. Изучение позиций рук (1,2,3 позиции) и ног (в основном параллельное положение). Освоение блока разминочных упражнений с использованием элементов в стиле «Джаз», «Джаз-модерн», «Демі-классика»;

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Тема 5.2 Элементы эстрадного танца (18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Знакомство с направлениями современного эстрадного танца. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Работа над основными техническими приёмами современного танца. Работа над танцевальными элементами и композициями.

Выполнение упражнений для рук, скрещивание рук сзади в замке. Поочередный подъем одного и двух плеч.

Выполнение упражнений на развитие подъема и шага. Передвижение в пространстве. Специфика исполнения шага на месте и в сторону с приставкой. Прыжки по VI позиции, из I во II позицию.

Работа над репертуарным плпном.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 6. Постановочная работа (20 час.- 2ч. теор./18ч.практ.)

Теория. Техника исполнения различных элементов. Синхронное исполнение движений и элементов. Эмоциональная окраска номера. Приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства. Роль музыки в сопровождении танца. Макияж, особенности его наложения

Практика. Работа над техникой исполнения различных элементов, над рисунком, соблюдением четких прямых линий в разучиваемой композиции. Соединение элементов в композиции. Работа над эмоциональной окраской номера, передачей характера танцевального номера. Работа над синхронным исполнением движений и элементов. Танцевальные импровизации. Прослушивание музыкальных произведений.

Постановка танца в соответствии с репертуаром.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.

Раздел 7. Формирование ЗОЖ (2 час.- 2ч. теор.)

Теория. Утренняя зарядка – залог здоровья.

Формы контроля. Текущий контроль: практическая работа.

Раздел 8. Концертно – конкурсная деятельность (22 час.- 2ч. теор./20ч.практ.)

Теория. Знакомство с Положениями конкурсов, фестивалей и др.

Практика. Подготовка костюмов. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

Формы контроля. Текущий контроль: анализ выступлений.

Наблюдение родителей.

Анкетирование родителей, обучающихся.

Раздел 9. Итоговое занятие (2час.- 2ч.практ.)

Практика. Показ танцевальных этюдов, номеров.

Формы контроля Промежуточная аттестация: открытое занятие для родителей.

Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Планируемые результаты 2- го года обучения (стартовый уровень сложности)

К концу 2-го года обучения (стартовый уровень сложности обучающиеся должны знать:

- понятия в хореографии и партерной гимнастике;
- особенности классической и эстрадной хореографии;
- основные технические приёмы современного танца;
- танцевальные элементы и композиции в стиле джаз –танца;
- технику исполнения различных элементов;

- приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства.

Должны уметь:

- уверенно и ровно стоять у станка и на середине зала;
- выполнять движения танцев;
- использовать понятия в хореографии и партерной гимнастике по назначению;
- выполнять основные технические приёмы современного танца;
- исполнять танцевальные элементы и композиции в стиле джаз – танца;
- исполнять рисунки на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка»;
- синхронно исполнять движения и элементы;
- придавать номеру эмоциональную окраску;
- использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- накладывать макияж;
- грамотно слушать и воспринимать музыку.

Будут сформированы:

- умение держать осанку;
- умения синхронно исполнять движения и элементы;
- умения придавать номеру эмоциональную окраску;
- умения использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- грамотно слушать и воспринимать музыку;
- навыки группового взаимодействия, умения работать в команде;
- навыки осознания чувств, ощущений собственного тела;
- навыки самоконтроля;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
- умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- умения анализировать деятельность других обучающихся и давать ей оценку;
- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- умение ориентироваться в пространстве танцевального зала.

Будут развиты:

- чувство ритма;
- физические качества: ловкость, гибкость, прыгучесть, выносливость;
- абстрактное мышление, воображение;
- внимание;
- память.

Будут воспитаны:

- дисциплинированность;
- самостоятельность.

Учебный план
3-го года обучения (базовый уровень сложности)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений.
2.	Ритмика	10	2	8	Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.
3.	Партерная гимнастика	28	4	24	
	3.1 Силовые упражнения на выносливость	14	2	12	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
	3.2 Растяжка	14	2	12	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
4.	Основы классического танца	28	4	24	
	4.1 Экзерсис у станка	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания. <i>Промежуточная аттестация:</i> контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	4.2 Прыжки	10	2	8	Текущий контроль: педагогическое наблюдение,

					самооценка выполненного задания.
5.	Основы эстрадного танца	30	4	26	
	5.1 Ознакомление с видами эстрадного танца.	12	2	10	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
	5.2 Элементы эстрадного танца.	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
6.	Постановочная работа	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.
7.	Формирование ЗОЖ	2	2	-	Текущий контроль: практическая работа.
8.	Концертно – конкурсная деятельность	22	2	20	Текущий контроль: анализ выступлений. Наблюдение родителей. Анкетирование родителей, обучающихся.
9.	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Промежуточная аттестация:</i> открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	Итого часов:	144	21	123	

**Содержание учебного плана
3-го года обучения (базовый уровень сложности)**

Раздел 1. Вводное занятие (2час.- 1ч. теор./1ч.практ.)

Теория. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях.
Цели и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы «Арабеск» на 3-ий год обучения. Знакомство с содержанием программы 3-его года обучения. Культура поведения. Критерии внешнего вида: форма одежды, причёска.

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений. Различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой.

Формы контроля. Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 2. Ритмика (10час.- 2ч. теор./8ч.практ.)

Теория. Повторение и закрепление: виды рисунков на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка».

Практика. Чередование простых ритмов. Ритмические рисунки в хлопках и шагах. Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Точки класса: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. Изображение различных рисунков на сценической площадке.

Упражнения для развития «мышечного» чувства и отдельных групп мышц.

Ходьба на полупальцах, пятках, подскоки, галоп, бег, прыжки.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.

Формы контроля. Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 3. Партерная гимнастика (28час.- 4ч. теор./24ч.практ.)

Тема 3.1 Упражнения на выносливость (14час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений на укрепление мышц живота, боковых мышц и мышц спины. *Практика.* Выполнение упражнений лёжа на спине и животе:

- Укрепление мышц живота спины и рук силовыми упражнениями
- Бросок ноги назад и в сторону
- Наклоны вперёд и прогибы назад

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Тема 3.2 Растяжка (14 час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений на растяжку.

Практика

Упражнения:

- на развитие выворотности стоп в положении сидя и паха в поперечном шпагате, в «лягушках», сидя и лежа на животе;
- на растягивание передней поверхности бедра: сидя на полу «Бабочка»;
- на развитие гибкости позвоночного столба путем прогибов на коленях в «колечко», «корзинка», «мостик» из положения стоя;
- на растяжку продольным шпагатом с использованием предметов;
- на развитие координации и на развитие гибкости (лежа на животе «Корзиночка») и пластики (в положении стоя «Волны» руками и корпусом);
- устойчивости;
- на укрепление всех групп мышц за счет статических упражнений.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 4. Основы классического танца (28 час.- 4ч. теор./24ч.практ.)

Тема 4.1Экзерсис у станка (18час.- 2ч. теор./16 ч.практ.)

Теория. Особенности классической и эстрадной хореографии. Введение терминологии, используемой в классической хореографии. Основные понятия: plie (demi, grand), releve, battement tendu, rond de jamb par terre.

Практика. Повторение точек класса 1,2,3,4,5,6,7,8 и направлений. Позиции ног 1,2,5,4 и рук: подготовительная, 1,2,3.

Упражнения у станка (все движения исполняются лицом к станку):

- plie (demi, grand) по I, II, III позиции;
- releve по I, II, III позиции;
- battement tendu по I, II, III позиции;
- Battements tendus jetes по I, II, III позиции;
- rond de jamb par terre.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Тема 4.2 Прыжки (10 час.- 2ч. теор./8ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении прыжков.

Практика:

- Прыжки у станка по I, II, III позиции;
- Прыжки у станка с поворотом;
- Прыжки с поджатыми ногами;
- Различные прыжки через скакалку;
- Прыжки на середине зала с поворотом;
- Прыжки по диагонали с поджатыми ногами с поворотом.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 5. Основы эстрадного танца (30 час.- 4ч. теор./26ч.практ.)

Тема 5.1 Ознакомление с видами эстрадного танца. (12 час.- 2ч. теор./10ч.практ.)

Теория. Знакомство с разнообразием видов и направлений эстрадного танца.

Комплекс элементов в стиле «Джаз». Просмотр видеороликов, видеозанятий, мастер - классов по теме: «Эстрадный танец и его виды». Правила постановки корпуса, рук, ног, головы в стиле «Джаз». Позиции.

Практика. Изучение позиций рук (1,2,3 позиции) и ног (в основном параллельное положение). Освоение блока разминочных упражнений с использованием элементов в стиле «Джаз».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Тема 5.2 Элементы эстрадного танца (18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Знакомство с направлениями современного эстрадного танца. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Работа над основными техническими приёмами современного танца. Работа над танцевальными элементами и композициями.

Выполнение упражнений для рук, скрещивание рук сзади в замке. Поочередный подъем одного и двух плеч.

Выполнение упражнений на развитие подъема и шага. Передвижение в пространстве. Специфика исполнения шага на месте и в сторону с приставкой. Прыжки по VI позиции, из I во II позицию. Особенности исполнения движений с элементами изоляции. Выполнение упражнений для ног в сторону на 90°. Особенности исполнения наклонов корпуса с разной амплитудой. Разучивание и отработка танцевальных этюдов, связок на основе изученных элементов. Работа над репертуарным планом.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 6. Постановочная работа (20час.- 2ч. теор./18ч.практ.)

Теория. Техника исполнения различных элементов. Синхронное исполнение движений и элементов. Эмоциональная окраска номера. Приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства. Роль музыки в сопровождении танца. Макияж, особенности его наложения.

Практика. Работа над техникой исполнения различных элементов, над рисунком, соблюдением четких прямых линий в разучиваемой композиции. Соединение элементов в композиции. Работа над эмоциональной окраской номера, передачей характера танцевального номера. Работа над синхронным исполнением движений и элементов. Танцевальные импровизации. Прослушивание музыкальных произведений.

Постановка танца в соответствии с репертуаром.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.

Раздел 7. Формирование ЗОЖ (2час.- 2ч. теор.)

Теория. Беседа «Правила поведения на дорогах».

Формы контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос.

Раздел 8. Концертно – конкурсная деятельность (22 час.- 2ч. теор./20ч.практ.)

Теория. Знакомство с Положениями конкурсов, фестивалей и др.

Практика. Подготовка костюмов. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

Формы контроля. Текущий контроль: анализ выступлений.

Наблюдение родителей.

Анкетирование родителей, обучающихся.

Раздел 9. Итоговое занятие (2час.- 2ч.практ.)

Практика. Показ танцевальных этюдов, номеров.

Формы контроля. Промежуточная аттестация: открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Планируемые результаты 3- го года обучения (базовый уровень сложности)

К концу 3-го года обучения (**базовый уровень сложности**)

обучающиеся **должны знать:**

- понятия в хореографии и партерной гимнастике;
- особенности классической и народной хореографии;
- технику исполнения различных элементов;
- приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства.

Должны уметь:

- уверенно и ровно стоять у станка и на середине зала;
- выполнять движения танцев;
- использовать понятия в хореографии и партерной гимнастике по назначению;
- выполнять основные технические приёмы современного танца;
- исполнять танцевальные элементы и композиции в стиле джаз – танца;
- использовать особенности исполнения движений с элементами изоляции;
- исполнять рисунки на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка»;
- синхронно исполнять движения и элементы;
- придавать номеру эмоциональную окраску;
- использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- накладывать макияж;
- грамотно слушать и воспринимать музыку.

Будут сформированы:

- умение держать осанку;
- умения синхронно исполнять движения и элементы;
- умения придавать номеру эмоциональную окраску;
- умения использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- грамотно слушать и воспринимать музыку;
- навыки группового взаимодействия, умения работать в команде;
- навыки осознания чувств, ощущений собственного тела;
- навыки самоконтроля;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
- умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- умения анализировать деятельность других обучающихся и давать ей оценку;
- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- умение ориентироваться в пространстве танцевального зала.

Будут развиты:

- чувство ритма;

- физические качества: ловкость, гибкость, прыгучесть, выносливость;
- абстрактное мышление, воображение;
- внимание;
- память.

Будут воспитаны:

- добросовестное отношение к занятиям хореографией;
- уважительное отношение к другому человеку;
- целеустремлённость;
- дисциплинированность;
- самостоятельность.

**Учебный план
4-го года обучения (базовый уровень сложности)**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений.
2.	Ритмика	18	2	16	Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.
3.	Партерная гимнастика	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
4.	Классический танец	30	4	26	
	4.1 Экзерсис на середине зала	14	2	12	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания. <i>Промежуточная аттестация:</i> контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

	4.2 Вращения	16	2	14	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
5.	Народный танец	38	4	34	
	5.1 основы народного танца	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
	5.2 элементы народного танца	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
6.	Формирование ЗОЖ	2	2	-	Текущий контроль: фронтальный опрос.
7.	Постановочная работа	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.
8.	Концертно – конкурсная деятельность	14	2	12	Текущий контроль: анализ выступлений. Наблюдение родителей. Анкетирование родителей, обучающихся.
9.	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Промежуточная аттестация:</i> открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	Итого часов:	144	19	125	

Содержание учебного плана 4-го года обучения (базовый уровень сложности)

Раздел 1. Вводное занятие (2 час.- 1ч. теор./1ч.практ.)

Теория. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск» на 4-ий год обучения. Знакомство с содержанием программы 4-его года обучения. Культура поведения. Критерии внешнего вида: форма одежды, прическа.

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений. Различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой.

Формы контроля. Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 2. Ритмика (18 час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Повторение и закрепление: виды рисунков на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка».

Практика. Чередование простых ритмов. Ритмические рисунки в хлопках и шагах. Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Точки класса: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, Изображение различных рисунков на сценической площадке.

Упражнения для развития «мышечного» чувства и отдельных групп мышц.

Ходьба на полупальцах, пятках, подскоки, галоп, бег, прыжки.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.

Формы контроля. Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 3. Партерная гимнастика (20 час.- 2ч. теор./18ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Упражнения:

- на развитие выворотности стоп в положении сидя и паха в поперечном шпагате, в «лягушках», сидя и лежа на животе;
- на растягивание передней поверхности бедра: сидя на полу «Бабочка»;
- на укрепление мышц живота, спины, ног и рук силовыми упражнениями лежа на спине и на животе;
- на развитие гибкости позвоночного столба путем прогибов на коленях в «колечко», «корзинка», «мостик» из положения стоя;
- на растяжку продольным шпагатом с использованием предметов;
- на развитие гибкости (лежа на животе «Корзиночка») и пластики (в положении стоя «Волны» руками и корпусом);
- на развитие координации и устойчивости;
- на укрепление всех групп мышц за счет статических упражнений.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 4. Классический танец (30 час.- 4ч. теор./26 ч.практ.)

Тема 4.1 Экзерсис на середине зала. (14 час. - 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Современные особенности классической хореографии. Терминология, используемая в классической хореографии. Основные понятия: plie (demi, grand), releve, battement tendu, rond de jamb par terre.

Практика. Повторение точек класса 1,2,3,4,5,6,7,8 и направлений. Позиции ног 1,2,5,4 и рук: подготовительная, 1,2,3.

Экзерсис на середине зала:

- plie (demi, grand) по I, II, III позиции;
- releve по I, II, III позиции;
- battement tendu по I, II, III позиции;
- Battements tendus jetes по I, II, III позиции;
- rond de jamb par terre;
- Battements fondus по I, II, III позиции;
- Battements frappes и doubles frappes по I, II, III позиции.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Тема 4.2 Вращения (16час.- 2ч. теор./14ч.практ.)

Теория. Техник безопасности при выполнении вращений.

Практика:

- Tour по VI позиции.
- Tour по V позиции.
- En dedans.
- Tour -pique по кругу.
- Tour chaine.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Раздел 5. Народный танец (38час.- 4ч. теор./34ч.практ.)

Тема 5.1 Основы народного танца (18час. - 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении движений. Особенности народной хореографии. Терминология, используемая в народной хореографии.

Практика.

- Постановка корпуса в народном танце.
- Постановка рук в народном танце.
- Постановка ног в народном танце.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Тема 5.2 Элементы народного танца. (20час.- 2ч. теор./18ч.практ.)

Теория Особенности народной хореографии

Практика :

- Гармошка;
- Ёлочка;

- Шаг-каблук;
- Ковырялочка;
- Присядка (Мячик);
- Приставной шаг.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздл 6. Формирование ЗОЖ (2час.- 2ч. теор.)

Теория. Беседа «Правила поведения на воде».

Формы контроля. Фронтальный опрос.

Раздел 7. Постановочная работа (18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Техника исполнения различных элементов. Синхронное исполнение движений и элементов. Эмоциональная окраска номера. Приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства. Роль музыки в сопровождении танца. Макияж, особенности его наложения

Практика. Работа над техникой исполнения различных элементов, над рисунком, соблюдением четких прямых линий в разучиваемой композиции. Соединение элементов в композиции. Работа над эмоциональной окраской номера, передачей характера танцевального номера. Работа над синхронным исполнением движений и элементов. Танцевальные импровизации. Прослушивание музыкальных произведений.

Постановка танца в соответствии с репертуаром.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.

Раздел 8. Концертно – конкурсная деятельность (14 час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Знакомство с Положениями конкурсов, фестивалей и др.

Практика. Подготовка костюмов. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

Формы контроля. Текущий контроль: анализ выступлений.

Наблюдение родителей.

Анкетирование родителей, обучающихся.

Раздел 9. Итоговое занятие (2час.-2ч.практ.)

Практика. Показ танцевальных этюдов, номеров.

Формы контроля. Промежуточная аттестация: открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Планируемые результаты 4- го года обучения (базовый уровень сложности)

К концу 3-го года обучения (базовый уровень сложности)

обучающиеся **должны знать:**

- особенности народной хореографии;
- технику исполнения различных элементов;
- приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства.

Должны уметь:

- уверенно и ровно стоять у станка и на середине зала;
- выполнять движения танцев;
- использовать понятия в хореографии и партерной гимнастике по назначению;
- выполнять основные технические приёмы современного танца;
- исполнять танцевальные элементы и композиции в стиле джаз –танца;
- использовать особенности исполнения движений с элементами изоляции;
- исполнять рисунки на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка»;
- синхронно исполнять движения и элементы;
- придавать номеру эмоциональную окраску;
- использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- накладывать макияж;
- грамотно слушать и воспринимать музыку.

Будут сформированы:

- умение держать осанку;
- умения синхронно исполнять движения и элементы;
- умения придавать номеру эмоциональную окраску;
- умения использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- грамотно слушать и воспринимать музыку;
- навыки группового взаимодействия, умения работать в команде;
- навыки осознания чувств, ощущений собственного тела;
- навыки самоконтроля;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
- умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- умения анализировать деятельность других обучающихся и давать ей оценку;
- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- умение ориентироваться в пространстве танцевального зала.

Будут развиты:

- чувство ритма;
- физические качества: ловкость, гибкость, прыгучесть, выносливость;
- абстрактное мышление, воображение;
- внимание;
- память.

Будут воспитаны:

- добросовестное отношение к занятиям хореографией;
- уважительное отношение к другому человеку;
- целеустремлённость;
- дисциплинированность;
- самостоятельность.

Учебный план
5-го года обучения (базовый уровень сложности)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений.
2.	Ритмика	18	2	16	Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.
3.	Партерная гимнастика	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
4.	Классический танец	30	4	26	
	4.1 Экзерсис на середине зала	14	2	12	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания. <i>Промежуточная аттестация:</i> контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	4.2 Вращения	16	2	14	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
5.	Народный танец	38	4	34	
	5.1 основы народного танца	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
	5.2 элементы народного танца	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое

					наблюдение, самооценка выполненного задания.
6.	Формирование ЗОЖ	1	1	-	Текущий контроль: фронтальный опрос.
7.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	1	1		Текущий контроль: фронтальный опрос.
8.	Постановочная работа	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.
9.	Концертно – конкурсная деятельность	14	2	12	Текущий контроль: анализ выступлений. Наблюдение родителей. Анкетирование родителей, обучающихся.
10.	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Промежуточная аттестация:</i> открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	Итого часов:	144	19	125	

Содержание учебного плана 5-го года обучения (базовый уровень сложности)

Раздел 1. Вводное занятие (2час.- 1ч. теор./1ч.практ.)

Теория. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск» на 5-ый год обучения. Знакомство с содержанием программы 5-ого года обучения. Культура поведения. Критерии внешнего вида: форма одежды, прическа.

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений. Различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой.

Формы контроля. Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 2. Ритмика (18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Повторение и закрепление: виды рисунков на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка».

Практика. Чередование простых ритмов. Ритмические рисунки в хлопках и шагах.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Точки класса: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. Изображение различных рисунков на сценической площадке.

Упражнения для развития «мышечного» чувства и отдельных групп мышц.

Ходьба на полупальцах, пятках, подскоки, галоп, бег, прыжки.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.

Формы контроля. Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 3. Партерная гимнастика (20 час.- 2ч. теор./18ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Упражнения:

- на развитие выворотности стоп в положении сидя и паха в поперечном шпагате, в «лягушках», сидя и лежа на животе;
- на растягивание передней поверхности бедра: сидя на полу «Бабочка»;
- на укрепление мышц живота, спины, ног и рук силовыми упражнениями лежа на спине и на животе;
- на развитие гибкости позвоночного столба путем прогибов на коленях в «колечко», «корзинка», «мостик» из положения стоя;
- на растяжку продольным шпагатом с использованием предметов;
- на развитие гибкости (лежа на животе «Корзиночка») и пластики (в положении стоя «Волны» руками и корпусом);
- на развитие координации и устойчивости;
- на укрепление всех групп мышц за счет статических упражнений.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 4. Классический танец (30 час.- 4ч. теор./26ч.практ.)

Тема 4.1 Экзерсис на середине зала. (14час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Современные особенности классической хореографии. Терминология, используемая в классической хореографии. Основные понятия: plie (demi, grand), releve, battement tendu, rond de jamb par terre.

Практика. Повторение точек класса 1,2,3,4,5,6,7,8 и направлений. Позиции ног 1,2,5,4 и рук: подготовительная, 1,2,3.

Экзерсис на середине зала:

- plie (demi, grand) по I, II, III позиции;
- releve по I, II, III позиции;
- battement tendu по I, II, III позиции;
- Battements tendus jetes по I, II, III позиции;
- rond de jamb par terre;
- Battements fondus по I, II, III позиции;
- Battements frappes и doubles frappes по I, II, III позиции;

- Ronds de jambe en l'air;
- Petits battements sur le coup-de-pied.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Тема 4.2 Вращения.(16час.- 2ч. теор./14ч.практ.)

Теория. Техник безопасности при выполнении вращений.

Практика: Повторение поворотов:

- Tour по VI позиции.
- Tour по V позиции.
- En dedans.
- Tour -pique по кругу.
- Tour -pique по кругу.

Разучивание:

- Single pirouette double pirouette triple (одинарный пируэт, двойной пируэт, тройной пируэт).
- Pirouette pirouette turned in jazz

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Раздел 5. Народный танец (38час.- 4ч. теор./34ч.практ.)

Тема 5.1 основы народного танца.(18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении движений. Особенности народной хореографии. Терминология, используемая в народной хореографии.

Практика.

- Постановка корпуса в народном танце.
- Постановка рук в народном танце.
- Постановка ног в народном танце.

Тема 5.2 Теория Особенности народной хореографии (20час.- 2ч. теор./18ч.практ.)

Практика :

- Гармошка;
- Ёлочка;
- Шаг-каблук;
- Ковырялочка;
- Присядка (Мячик);
- Приставной шаг.

Раздел 6. Формирование ЗОЖ (1час.- 1ч. теор.)

Теория. Беседа по профилактике зависимостей от наркотических веществ.

Формы контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос.

Раздел 7. Мероприятия воспитательно- познавательного характера (1час.- 1ч. теор.)

Теория. Беседа «Хочу – нельзя – надо».

Формы контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос.

Раздел 8. Постановочная работа (18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Техника исполнения различных элементов. Синхронное исполнение движений и элементов. Эмоциональная окраска номера. Приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства. Роль музыки в сопровождении танца. Макияж, особенности его наложения

Практика. Работа над техникой исполнения различных элементов, над рисунком, соблюдением четких прямых линий в разучиваемой композиции. Соединение элементов в композиции. Работа над эмоциональной окраской номера, передачей характера танцевального номера. Работа над синхронным исполнением движений и элементов. Танцевальные импровизации. Прослушивание музыкальных произведений.

Постановка танца в соответствии с репертуаром.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.

Раздел 9. Концертно – конкурсная деятельность (14час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Знакомство с Положениями конкурсов, фестивалей и др.

Практика. Подготовка костюмов. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях.

Формы контроля. Текущий контроль: анализ выступлений.

Наблюдение родителей.

Анкетирование родителей, обучающихся.

Раздел 10. Итоговое занятие (2час.- 2ч.практ.)

Практика. Показ танцевальных этюдов, номеров.

Формы контроля. Промежуточная аттестация: открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Планируемые результаты 5- го года обучения (базовый уровень сложности)

К концу 5-го года обучения **(базовый уровень сложности)**

обучающиеся **должны знать:**

- понятия в хореографии и партерной гимнастике;
- особенности классической и народной хореографии;
- технику исполнения различных элементов;
- приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства.

Должны уметь:

- уверенно и ровно стоять у станка и на середине зала;
- выполнять движения танцев;
- использовать понятия в хореографии и партерной гимнастике по назначению;
- выполнять основные технические приёмы современного танца;
- исполнять танцевальные элементы и композиции в стиле джаз –танца;
- использовать особенности исполнения движений с элементами изоляции;
- исполнять рисунки на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка»;
- синхронно исполнять движения и элементы;

- придавать номеру эмоциональную окраску;
- использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- накладывать макияж;
- грамотно слушать и воспринимать музыку.

Будут сформированы:

- умение держать осанку;
 - умения синхронно исполнять движения и элементы;
 - умения придавать номеру эмоциональную окраску;
 - умения использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
 - грамотно слушать и воспринимать музыку.
- навыки группового взаимодействия, умения работать в команде;
- навыки осознания чувств, ощущений собственного тела;
- навыки самоконтроля;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
- умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- умения анализировать деятельность других обучающихся и давать ей оценку;
- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- умение ориентироваться в пространстве танцевального зала;
- мотивация к здоровому образу жизни.

Будут развиты:

- чувство ритма;
 - физические качества: ловкость, гибкость, прыгучесть, выносливость;
 - абстрактное мышление, воображение;
 - внимание;
 - память.

Будут воспитаны:

- добросовестное отношение к занятиям хореографией;
- уважительное отношение к другому человеку;
- целеустремлённость;
- дисциплинированность;
- самостоятельность.

Учебный план

6-го года обучения (продвинутый уровень сложности)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений.

2.	Ритмика	18	2	16	Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.
3.	Партерная гимнастика	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
4.	Классический танец	30	4	26	
	4.1 Экзерсис на середине зала	14	2	12	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания. <i>Промежуточная аттестация:</i> контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	4.2 Вращения	16	2	14	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
5.	Народный танец	38	4	34	
	5.1 основы народного танца	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
	5.2 элементы народного танца	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

6.	Формирование ЗОЖ	1	1	-	Текущий контроль: фронтальный опрос.
7.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	1	1		Текущий контроль: фронтальный опрос.
8.	Постановочная работа	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.
9.	Концертно – конкурсная деятельность	14	2	12	Текущий контроль: анализ выступлений. Наблюдение родителей. Анкетирование родителей, обучающихся.
10.	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Промежуточная аттестация:</i> открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	Итого часов:	144	19	125	

**Содержание учебного плана
6-го года обучения (продвинутый уровень сложности)**

Раздел 1. Вводное занятие (2час.- 1ч. теор./1ч.практ.)

Теория. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск» на 6-ый год обучения. Знакомство с содержанием программы 6-ого года обучения. Культура поведения. Критерии внешнего вида: форма одежды, причёска.

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений. Различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой.

Формы контроля. Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений.

Раздел 2. Ритмика (18ч.- 2ч. теорю,16ч. практ.)

Теория. Повторение и закрепление: виды рисунков на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка».

Практика. Ритмические рисунки в хлопках и шагах. Упражнения на развитие ориентации в пространстве. Изображение различных рисунков на сценической площадке.

Упражнения для развития «мышечного» чувства и отдельных групп мышц.

Ходьба на полупальцах, пятках, подскоки, галоп, бег, прыжки.

Упражнения на развитие художественно-творческих способностей.

Формы контроля. Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 3. Партерная гимнастика (20час.- 2ч. теор./18ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Упражнения:

- на развитие выворотности стоп в положении сидя и паха в поперечном шпагате, в «лягушках», сидя и лежа на животе;
- на растягивание передней поверхности бедра: сидя на полу «Бабочка»;
- на укрепление мышц живота, спины, ног и рук силовыми упражнениями лежа на спине и на животе;
- на развитие гибкости позвоночного столба путем прогибов на коленях в «колечко», «корзинка», «мостик» из положения стоя;
- на растяжку продольным шпагатом с использованием предметов;
- на развитие гибкости (лежа на животе «Корзиночка») и пластики (в положении стоя «Волны» руками и корпусом);
- на развитие координации и устойчивости;
- на укрепление всех групп мышц за счет статических упражнений.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 4. Классический танец (30час.- 4ч. теор./26ч.практ.)

Тема 4.1 экзерсис на середине зала.(14час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Современные особенности классической хореографии. Терминология, используемая в классической хореографии. Основные понятия: plie (demi, grand), releve, battement tendu, rond de jamb par terre.

Практика. Повторение точек класса 1,2,3,4,5,6,7,8 и направлений. Позиции ног 1,2,5,4 и рук: подготовительная, 1,2,3.

Экзерсис на середине зала:

- plie (demi, grand) по I, II, III позиции;
- releve по I, II, III позиции;
- battement tendu по I, II, III позиции;
- Battements tendus jetes по I, II, III позиции;
- rond de jamb par terre;
- Battements fondus по I, II, III позиции;
- Battements frappes и doubles frappes по I, II, III позиции;
- Ronds de jambe en l'air;
- Petits battements sur le coup-de-pied;

- Adajio;
- Grands Battements по I, II, III позиции.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Тема 4.2 Вращения. (16час.- 2ч. теор./14ч.практ.)

Теория. Техник безопасности при выполнении вращений.

Практика:

- Тур по VI позиции.
- Тур по V позиции.
- En dedans.
- Тур-пике по кругу.
- Шене.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Раздел 5. Народный танец (38час.- 4ч. теор./34ч.практ.)

Тема 5.1. Основы народного танца. (18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении движений. Особенности народной хореографии. Терминология, используемая в народной хореографии.

Практика.

- Постановка корпуса в народном танце.
- Постановка рук в народном танце.
- Постановка ног в народном танце.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Тема 5.2 Элементы народного танца (20час.- 2ч. теор./18ч.практ.)

Теория Особенности народной хореографии

Практика:

- Ритмичные дробные выстукивания;
- Двойная дробь;
- Ключ;
- Бегунок на месте;
- Пистолет;
- Абертас;
- Блинчики по кругу.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.

Раздел 6. Формирование ЗОЖ (1час.- 1ч. теор.)

Теория. Беседы: «Полезные продукты», «Витамины и здоровый организм» ,

Формы контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос.

Раздел 7. Мероприятия воспитательно- познавательного характера (1час.- 1ч. теор.)

Теория. Беседа «Что такое тактичность, умеренность и деликатность».

Формы контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос.

Раздел 8. Постановочная работа (18 час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Техника исполнения различных элементов. Синхронное исполнение движений и элементов. Эмоциональная окраска номера. Приемы сценической выразительности и актёрского мастерства. Роль музыки в сопровождении танца. Новое в наложении макияжа.

Практика. Работа над техникой исполнения различных элементов, над рисунком, соблюдением четких прямых линий в разучиваемой композиции. Соединение элементов в композиции. Работа над эмоциональной окраской номера, передачей характера танцевального номера. Работа над синхронным исполнением движений и элементов. Танцевальные импровизации. Прослушивание музыкальных произведений.

Постановка танца в соответствии с репертуаром.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.

Раздел 9. Концертно – конкурсная деятельность (14час.- 2ч. теор./12ч.практ.)

Теория. Знакомство с Положениями конкурсов, фестивалей и др.

Практика. Подготовка костюмов. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях различного уровня.

Формы контроля. Текущий контроль: анализ выступлений.

Наблюдение родителей.

Анкетирование родителей, обучающихся.

Раздел 10. Итоговое занятие (2час.- 2ч.практ.)

Практика. Показ танцевальных этюдов, номеров.

Формы контроля. Промежуточная аттестация: открытое занятие для родителей. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Планируемые результаты 6- го года обучения (продвинутый уровень сложности)

К концу 6-го года обучения **(продвинутый уровень сложности)**

обучающиеся **должны знать:**

- особенности классической и народной хореографии;
- технику исполнения различных элементов;
- приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства.

Должны уметь:

- уверенно и ровно стоять у станка и на середине зала;
- выполнять движения танцев;
- использовать понятия в хореографии и партерной гимнастике по назначению;
- исполнять рисунки на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка»;
- синхронно исполнять движения и элементы;
- придавать номеру эмоциональную окраску;

- использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- накладывать макияж;
- грамотно слушать и воспринимать музыку.

Будут сформированы:

- умение держать осанку;
- умения синхронно исполнять движения и элементы;
- умения придавать номеру эмоциональную окраску;
- умения использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства в танце;
- навыки группового взаимодействия, умения работать в команде;
- навыки осознания чувств, ощущений собственного тела;
- навыки самоконтроля;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;
- умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- умения анализировать деятельность других обучающихся и давать ей оценку;
- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- мотивация к здоровому образу жизни.

Будут развиты:

- физические качества: ловкость, гибкость, прыгучесть, выносливость;
- абстрактное мышление, воображение.

Будут воспитаны:

- добросовестное отношение к занятиям хореографией;
- уважительное отношение к другому человеку;
- целеустремлённость;
- дисциплинированность;
- самостоятельность.

Учебный план

7-го года обучения (продвинутый уровень сложности)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений.
2	Ритмика	18	2	16	Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.

3.	Партерная гимнастика	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
4.	Классический танец	30	4	26	
	4.1 Экзерсис на середине зала	14	2	12	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания. <i>Промежуточная аттестация:</i> контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	4.2 Вращения	16	2	14	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
5.	Народный танец	38	4	34	
	5.1 Основы народного танца	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
	5.2 Элементы народного танца	20	2	18	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.
6.	Формирование ЗОЖ	2	2	-	Текущий контроль: фронтальный опрос.
7.	Постановочная работа	18	2	16	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания.

8.	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	2	2	-	Текущий контроль: фронтальный опрос.
9.	Концертно – конкурсная деятельность	12	2	10	Текущий контроль: анализ выступлений. Наблюдение родителей. Анкетирование родителей, обучающихся.
10.	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Итоговая аттестация:</i> открытое занятие для родителей. Защита индивидуального творческого проекта. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.
	Итого часов:	144	21	123	

Содержание учебного плана 7-го года обучения (продвинутый уровень сложности)

Раздел 1. Вводное занятие (2час.- 1ч. теор/1ч.практ.)

Теория. Инструкция по технике безопасности, правила поведения на занятиях. Цели и задачи дополнительной общеразвивающей программы «Арабеск» на 7-ой год обучения. Знакомство с содержанием программы 7-ого года обучения. Культура поведения. Критерии внешнего вида: форма одежды, прическа.

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений. Различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой.

Формы контроля. Текущий контроль: оценка выполнения общеразвивающих упражнений.

Раздел 2. Ритмика (18- 2час. теор./16час. практ)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений. Техники выполнения упражнений. Терминология.

Практика. Упражнения:

- ходьба на полупальцах и пятках;
- бег, подскоки;
- ритмические рисунки в хлопках и шагах;
- ритмические перестроения в зале;
- ритмические рисунки- круг, змейка, круг в кругу.

3. Партерная гимнастика (20час.- 2ч. теор. /18ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Упражнения:

- на развитие выворотности стоп в положении сидя и паха в поперечном шпагате, в «лягушках», сидя и лежа на животе;
- на растягивание передней поверхности бедра: сидя на полу «Бабочка»;
- на укрепление мышц живота, спины, ног и рук силовыми упражнениями лежа на спине и на животе;
- на развитие гибкости позвоночного столба путем прогибов на коленях в «колечко», «корзинка», «мостик» из положения стоя;
- на растяжку продольным шпагатом с использованием предметов;
- на развитие гибкости (лежа на животе «Корзиночка») и пластики (в положении стоя «Волны» руками и корпусом);
- на развитие координации и устойчивости;
- на укрепление всех групп мышц за счет статических упражнений.

Формы контроля. Текущий контроль: выполнение упражнений. Фронтальный опрос.

Раздел 4. Классический танец (30 час.- 4ч. теор./26ч.практ.)

Тема 4.1 экзерсис на середине зала.(14час.- 2ч. теор/12ч.практ.)

Теория. Современные особенности классической хореографии. Терминология, используемая в классической хореографии. Основные понятия: plie (demi, grand), releve, battement tendu, rond de jamb par terre.

Практика.

Экзерсис на середине зала:

- plie (demi, grand) по I, II, III позиции;
- releve по I, II, III позиции;
- battement tendu по I, II, III позиции;
- Battements tendus jetes по I, II, III позиции;
- rond de jamb par terre;
- Battements fondus по I, II, III позиции;
- Battements frappes и doubles frappes по I, II, III позиции;
- Ronds de jambe en l'air;
- Petits battements sur le coup-de-pied;
- Adagio;
- Grands Battements по I, II, III позиции.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Промежуточная аттестация: контрольное занятие. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Тема 4.2 Вращения.(16час.- 2ч. теор/14ч.практ.)

Теория. Техник безопасности при выполнении вращений.

Практика:

- Тур по VI позиции
- Тур по V позиции
- En dedans
- Тур-пике по кругу
- Шене

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 5. Народный танец (38час.- 4ч. теор/34ч.практ.)

Тема 5.1. Основы народного танца. (18час.- 2ч. теор/16ч.практ.)

Теория. Техника безопасности при выполнении движений. Особенности народной хореографии. Терминология, используемая в народной хореографии.

Практика.

- Постановка корпуса в народном танце.
- Постановка рук в народном танце.
- Постановка ног в народном танце.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Тема 5.2 Элементы народного танца (20час.- 2ч. теор/18ч.практ.)

Теория Особенности народной хореографии

Практика:

- Ритмичные дробные выстукивания;
- Двойная дробь;
- Ключ;
- Бегунок на месте;
- Пистолет;
- Абертас;
- Блинчики по кругу.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, самооценка выполненного задания.

Раздел 6. Формирование ЗОЖ (2час.- 2ч. теор.)

Теория. Беседы «Умеренная ходьба. Прогулки на свежем воздухе перед сном», «Как я забочусь о своем здоровье».

Формы контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос.

Раздел 7. Постановочная работа (18час.- 2ч. теор./16ч.практ.)

Теория. Техника исполнения различных элементов. Синхронное исполнение движений и элементов. Эмоциональная окраска номера. Приемы сценической выразительности и актёрского мастерства. Роль музыки в сопровождении танца. Новое в наложении макияжа.

Практика. Работа над техникой исполнения различных элементов, над рисунком, соблюдением четких прямых линий в разучиваемой композиции. Соединение элементов в композиции. Работа над эмоциональной окраской номера, передачей характера танцевального номера. Работа над синхронным исполнением движений и элементов. Танцевальные импровизации. Прослушивание музыкальных произведений.

Постановка танца в соответствии с репертуаром.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, выполненные творческие задания, самооценка выполненного задания..

Раздел 8. Мероприятия познавательно- воспитательного характера (2час.- 2ч. теор.)

Теория. Беседы: «Вклад туляков в Победу», «О памяти и памятниках».

Формы контроля. Текущий контроль: фронтальный опрос.

Раздел 9. Концертно – конкурсная деятельность (12час.- 2ч. теор/10ч.практ.)

Теория. Знакомство с Положениями конкурсов, фестивалей и др.

Практика. Подготовка костюмов. Выступление на концертах, конкурсах, фестивалях различного уровня.

Формы контроля. Текущий контроль: анализ выступлений.

Наблюдение родителей.

Анкетирование родителей, обучающихся.

Раздел 10. Итоговое занятие (2час.- 2ч.практ.)

Практика. Показ танцевальных этюдов, номеров.

Формы контроля. Итоговая аттестация: открытое занятие для родителей. Защита индивидуального творческого проекта. Мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Планируемые результаты 7- го года обучения (продвинутый уровень сложности)

К концу 7-го года обучения **(продвинутый уровень сложности)**

обучающиеся **должны знать:**

- особенности классической и народной хореографии;
- технику исполнения различных элементов;
- приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства.

Должны уметь:

- выполнять движения танцев;
- использовать понятия в хореографии и партерной гимнастике по назначению;
- исполнять рисунки на сценической площадке: «змейка», «круг», «полукруг», «воротца», «круг в кругу», «улитка»;
- синхронно исполнять движения и элементы;
- придавать номеру эмоциональную окраску;
- использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства;
- накладывать макияж;
- грамотно слушать и воспринимать музыку.

Будут сформированы:

- умение держать осанку;
- умения синхронно исполнять движения и элементы;
- умения придавать номеру эмоциональную окраску;
- умения использовать приемы сценической выразительности и основы актёрского мастерства в танце;
- навыки группового взаимодействия, умения работать в команде;
- навыки осознания чувств, ощущений собственного тела;
- навыки самоконтроля;
- навыки культуры поведения, в том числе в учебном диалоге;

- умение обобщать и систематизировать полученную информацию на занятиях, интегрировать ее в личный опыт;
- умения анализировать деятельность других обучающихся и давать ей оценку;
- умение взаимодействовать, устанавливать контакты с партнером, адекватно реагировать на его поведение;
- мотивация к здоровому образу жизни.

Будут развиты:

- физические качества: ловкость, гибкость, прыгучесть, выносливость;
- абстрактное мышление, воображение.

Будут воспитаны:

- добросовестное отношение к занятиям хореографией;
- уважительное отношение к другому человеку;
- целеустремлённость;
- дисциплинированность;
- самостоятельность.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (приложение № 1)

Учебно – воспитательный процесс обеспечивает педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование, направленность (профиль) которого соответствует направленности (профилю) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск», осваиваемой обучающимися,

Педагог осуществляет организацию деятельности обучающихся по усвоению знаний, формированию умений и компетенций; созданию педагогических условий для формирования и развития творческих способностей, удовлетворению потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укреплению здоровья, организации свободного времени, профессиональной ориентации; обеспечению достижения обучающимися нормативно установленных результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Отвечает требованиям действующего профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Занятия по хореографии должны проходить в учебном кабинете, соответствующем действующей нормативно – правовой базе, оснащенном оборудованием.

Оборудование учебного кабинета

№ п/п	Наименование	Количество (шт)
1.	Музыкальный центр	1
2.	Ноутбук	1
3.	Хореографический станок	6
4.	Зеркала	6
5.	Стол для педагога	1
6.	Стул	1

Обеспечение образовательного процесса на группу обучающихся
1-го года обучения

№ п/п	Наименование	Количество (шт)
1.	Купальник гимнастический с юбкой чёрный	15
2.	Лосины чёрные	15
3.	Футболка чёрная	15
4.	Шорты чёрные	15
5.	Балетки чёрные	15
6.	Балетки белые	15
7.	Колготки белые	15
8.	Гимнастический коврик	15
9.	Скакалка	15
10.	Туфли народные, красные	15
11.	Сапоги народные, чёрные	15
12.	Костюм для выступлений	30

Обеспечение образовательного процесса на группу обучающихся
2-го года обучения

№ п/п	Наименование	Количество (шт)
1.	Купальник гимнастический с юбкой чёрный	12
2.	Лосины чёрные	12
3.	Футболка чёрная	12
4.	Шорты чёрные	12
5.	Балетки чёрные	12
6.	Балетки белые	12
7.	Колготки белые	12
8.	Гимнастический коврик	12
9.	Скакалка	12
10.	Туфли народные, красные	12
11.	Сапоги народные, чёрные	12
12.	Костюм для выступлений	24

Обеспечение образовательного процесса на группу обучающихся
3-го года обучения

№ п/п	Наименование	Количество (шт)
1.	Купальник гимнастический с юбкой чёрный	10
2.	Лосины чёрные	10
3.	Футболка чёрная	10
4.	Шорты чёрные	10
5.	Балетки чёрные	10
6.	Балетки белые	10

7.	Колготки белые	10
8.	Гимнастический коврик	10
9.	Скакалка	10
10.	Туфли народные, красные	10
11.	Сапоги народные, чёрные	10
12.	Костюм для выступлений	20

Обеспечение образовательного процесса на группу обучающихся

4-го года обучения

№ п/п	Наименование	Количество (шт)
1.	Купальник гимнастический с юбкой чёрный	8
2.	Лосины чёрные	8
3.	Футболка чёрная	8
4.	Шорты чёрные	8
5.	Балетки чёрные	8
6.	Балетки белые	8
7.	Колготки белые	8
8.	Гимнастический коврик	8
9.	Скакалка	8
10.	Туфли народные, красные	8
11.	Сапоги народные, чёрные	8
12.	Костюм для выступлений	16

Обеспечение образовательного процесса на группу обучающихся

5-го года обучения

№ п/п	Наименование	Количество (шт)
1.	Купальник гимнастический с юбкой чёрный	8
2.	Лосины чёрные	8
3.	Футболка чёрная	8
4.	Шорты чёрные	8
5.	Балетки чёрные	8
6.	Балетки белые	8
7.	Колготки белые	8
8.	Гимнастический коврик	8
9.	Скакалка	8
10.	Туфли народные, красные	8
11.	Сапоги народные, чёрные	8
12.	Костюм для выступлений	16

Обеспечение образовательного процесса на группу обучающихся

6-го года обучения

№ п/п	Наименование	Количество (шт)
1.	Купальник гимнастический с юбкой чёрный	8

2.	Лосины чёрные	8
3.	Футболка чёрная	8
4.	Шорты чёрные	8
5.	Балетки чёрные	8
6.	Балетки белые	8
7.	Колготки белые	8
8.	Гимнастический коврик	8
9.	Скакалка	8
10.	Туфли народные, красные	8
11.	Сапоги народные, чёрные	8
12.	Костюм для выступлений	16

Обеспечение образовательного процесса на группу обучающихся
7-го года обучения

№ п/п	Наименование	Количество (шт)
1.	Купальник гимнастический с юбкой чёрный	8
2.	Лосины чёрные	8
3.	Футболка чёрная	8
4.	Шорты чёрные	8
5.	Балетки чёрные	8
6.	Балетки белые	8
7.	Колготки белые	8
8.	Гимнастический коврик	8
9.	Скакалка	8
10.	Туфли народные, красные	8
11.	Сапоги народные, чёрные	8
12.	Костюм для выступлений	16

Формы аттестации/контроля

Входная диагностика проводится в начале 1-го года обучения с целью определения уровня подготовки обучающихся: беседа.

Текущий контроль осуществляется в процессе каждого учебного занятия. *Формы текущего контроля* определяются педагогом дополнительного образования с учетом контингента обучающихся, уровня их развития. Применяется комбинированная форма контроля: фронтальный опрос, викторина, беседа, педагогическое наблюдение, самооценка выполненной работы с помощью педагога, конкурс, выставка, что соответствует нормативному локальному акту ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Цель текущего контроля успеваемости обучающихся – установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений на каждом этапе занятия по темам и разделам дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Формы промежуточной аттестации определяются педагогом дополнительного образования и предусматривают: открытое контрольное занятие.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, 2 раза в год.

Промежуточная аттестация предполагает проведение мониторинга уровня обучения и развития по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе не менее 2-х раз в год в соответствии с локальным актом ГОУДОТО «ЦДОД».

Мониторинг включает разделы:

параметры, критерии, степень выраженности оцениваемого качества, уровень, балл.

Педагог, используя *Приложение* к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе для определенных категорий детей, определяет уровень обучения (теоретическая подготовка, практическая подготовка) и уровень личностного развития (развитие познавательной, мотивационной, регулятивной, коммуникативной сфер) каждого обучающегося и выставляет баллы.

Для обучающихся по данной программе, баллы выставляются следующим образом:

низкий уровень - 1 балл, ниже среднего - 2 балла, средний уровень – 3 балла, выше среднего – 4 балла, высокий уровень – 5 баллов. В итоге баллы в соответствии с уровнями переводятся в проценты.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Арабеск».

При проведении промежуточной аттестации учитываются результаты участия обучающихся в конкурсных мероприятиях различного уровня.

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

По итогам промежуточной аттестации за учебный год, согласно диагностическим картам результатов обучения и развития обучающихся, обучающиеся переводятся на следующий год обучения (со стартового на базовый уровень).

По итогам промежуточной аттестации за учебный год на основании заявления педагога дополнительного образования, обучающиеся могут быть переведены по согласованию с родителями (законными представителями) на обучение по иной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Итоговая аттестация, завершающая освоение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Арабеск», проводится в соответствии с нормативным локальным актом ГОУ ДО ТО «ЦДОД» с учетом

Приложения к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся и может предусматривать: открытое занятие для родителей. Защита индивидуального творческого проекта и мониторинг уровня обучения и личностного развития обучающихся.

Обучающиеся, продемонстрировавшие высокий уровень результативности обучения (согласно диагностическим картам результатов обучения и развития) награждаются грамотами ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Система оценки результатов обучения обучающихся предусматривает использование социологических методов и приемов: анкетирование родителей, обучающихся и анализ анкет.

Оценочные материалы

- опросник по терминологии классического и народного танцев- раздел №4, раздел № 5;
- карточки- задания к разделу №5 «Основы народного танца»-3 год обучения; к разделу № 4 «Основы классического танца» -2-го года обучения;
- Тесты к разделам: № 4, №5 «Классический танец», «Народный танец» – 4-ого, 5-ого, 6-ого годов обучения.

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

Методическое обеспечение

С целью достижения поставленной в дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе цели и получения запланированного результата, с учетом индивидуальных особенностей и способностей детей педагог привлекает обучающихся к открытию новых знаний и включает их деятельность. Создавая проблемную ситуацию, вместе с детьми педагог определяет цель занятия. Учит детей ставить перед собой цели и искать пути их достижения, пути решения возникающих проблем. Педагог организует различные виды деятельности обучающихся:

- самостоятельная работа по выполнению упражнений;
- практическая работа и др.

Педагог активно использует на занятиях средства искусства.

Занятие включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия.

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Задачами этой части является: организация группы; мотивация обучающихся к предстоящей деятельности; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и

уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия.

Задачами основной части являются: изучение и совершенствование движений танцев; отработка композиций, развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки. Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы), хореографические упражнения; элементы танцев различных направлений; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия.

Задачи: постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость. Педагог поощряет учебное сотрудничество между обучающимися, обучающимися и педагогом.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий анализ достигнутых на занятии результатов, что создает у обучающихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Объясняет, за что обучающиеся получили поощрение. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогают обучающимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии. Педагог учит детей оценивать свою деятельность на занятии и деятельность других обучающихся с использованием различных способов.

Использование различных методов обучения:

- словесный метод (беседа, анализ музыкального материала и др.);
- наглядный метод (показ упражнений, фотографий, видеоматериалов и др);
- метод анализа и синтеза и др.

Внедрение современных педагогических технологий: личностно-ориентированного, развивающего обучения, дифференцированного обучения, работы с одаренными детьми, информационно-коммуникационных технологий, педагогики сотрудничества, здоровьесберегающих технологий - способствует оптимизации образовательного процесса и повышению качества умений, навыков обучающихся, направлено на формирование устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности.

Используемые методы, приемы и технологии обучения способствуют последовательной реализации деятельностно-компетентного подхода, ориентированы на формирование у обучающихся компетенций осуществлять универсальные действия-личностные, регулятивные, познавательные,

коммуникативные; рассчитаны на применение практико – ориентированных знаний, умений, навыков.

Используемая методика работы создает наиболее благоприятные возможности для развития физической активности, творческих способностей обучающихся.

Программа обеспечена различными методическими видами методической продукции.

Учебно-методический комплекс

- календарный учебный график (*Приложение №1*);
- дидактический раздаточный материал: «Плоскостопия и косолапия», «Правильная осанка»;
- памятка «Правила техники поведения в кабинете хореографии»;
- иллюстрационный материал к темам;
- методические рекомендации по выполнению движений с трещотками;
- планы-конспекты открытых занятий «Экзерсис у станка», «Танец с фонариками»

Видеоматериалы:

Видеозанятие «Комплекс упражнений «Движение-это жизнь!» «Веселая зарядка».

Список литературы

Для педагога:

1. Ваганова, А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. – Санкт-Петербург : Ланб, 2001.
2. Вихрева, Н. С. Экзерсис на полу / Н. С. Вихреева. - Москва : МГАХ, 2004.
3. Конорова, Е. А. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства / Е. А. Конорова. - Москва.: 1998.
4. Пуртова, Т. В. Учите детей танцевать: учеб. пособие Т. В. Пуртова.– Москва : Владос, 2013.
5. Холл, Д. Лучшая методика обучения танцам / Д. Холл. – Москва : 2013.

Для обучающихся:

1. Станиславский, К.Н. Работа актера над собой / К. Н. Станиславский.–Москва : Искусство, 2013.
2. Ткаченко, Т. В. Народный танец / Т. В. Ткаченко. – Москва : 1967.

Для родителей (законных представителей):

1. Ветлугина, Н. А. Музыкальное развитие ребенка / Т. А. Ветлугина. – Москва :1968.
2. Конорова, Е. А. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства / Е. А. Конорова. - Москва.: 1998.
3. Слуцкая, С. Л. Танцевальная мозаика / С. Л. Слуцкая.- Москва : Линка – Пресс, 2016.

Список электронных образовательных ресурсов

1. Народный экзерсис // eemusic.ru : сайт. – [Б. м.], 2026. – URL: <https://eemusic.ru/?song=народный+экзерсис> (дата обращения 12.06.2026).
2. Петухова, Н.А. Терминология хореографии при работе с детьми на уроках классического танца / Н. А. Петухова // urok.1sept.ru : сайт. – Москва, 2003-2026. – URL: [urok.1sept.ru https://urok.1sept.ru/articles/657092](https://urok.1sept.ru/articles/657092) (дата обращения 12.06.2026).
3. Развитие физических данных детей средствами партерной гимнастики // infourok.ru : образовательный портал. – Смоленск, 2026. – URL: <https://infourok.ru/razvitie-fizicheskikh-dannyh-detej-na-zanyatiyah-horeografii-sredstvami-parternoj-gimnastiki-5491867.html> (дата обращения 18.06.2026).
4. Урок Классического Танца Для Детей // web.ligaudio.ru сайт. – [Б. м.], 2026. – URL: <https://web.ligaudio.ru/mp3/урок%20классического%20танца%20для%20детей> (дата обращения 15.06.2025).
5. Движения народного танца // wdoxnovenie.ru : сайт. – [Б. м.], 2026. – URL: <http://wdoxnovenie.ru/stati/1381/dvizhenija-narodnogo-tanca/> (дата обращения: 12.06.2026).
6. Учимся танцевать русский народный танец // iamruss.ru : сайт. – [Б. м.], 2014-2026. – URL: <http://iamruss.ru/learn-how-to-dance-russian-folk-dance/> (дата обращения 12.06.2026).
7. Национальные танцы // wdoxnovenie.ru : сайт. – [Б. м.], 2026. – URL: <http://wdoxnovenie.ru/stati/2523/nacionalnye-tancy/> (дата обращения: 12.06.2026).

Приложение №2

**Репертуарный план на 2026/2027 учебный год
для обучающихся 1 –го года обучения**

№ п/п	Название	Возрастна ая группа	Направлен ие	Форма	Количество исполнител ей	Сроки сдачи
1.	Субботея	1 год обучения	Русский танец	массовы й	12 чел смешанный	ноябрь
2	«улетай туча»	1 год обучения	Детский танец	массовы й	12 чел смешанный	март

**Репертуарный план на 2026/ 2027 учебный год
для обучающихся 4–го года обучения**

№ п/п	Название	Возрастна я группа	Направлен ие	Форма	Количество исполнител ей	Сроки сдачи
1	«Словацкая полька»	4 год обучения	Народный танец	массовы й	10 чел смешанный	ноябрь
2	«Дымковска я игрушка»	4 год обучения	Народный танец	массовы й	10 чел смешанный	Февра ль

Репертуарный план на 2026/2027 учебный год

для обучающихся 5–го года обучения

№ п/п	Название	Возрастная группа	Направление	Форма	Количество исполнителей	Сроки сдачи
1	Белорусский танец «Крыжачок»	5 год обучения	Народный танец	массовый	16 чел смешанный	ноябрь
2	Новогодний флеш-моб «В лесу родилась ёлочка»	5 год обучения	Эстрадный танец	массовый	16 чел смешанный	Декабрь
3	«Топотуха»	5 год обучения	Русский танец	массовый	16 чел смешанный	март

Прошнуровано, пронумеровано и
скреплено печатью

13 листов

(подписаны) листов)

Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»

Ю.В.Грошев

